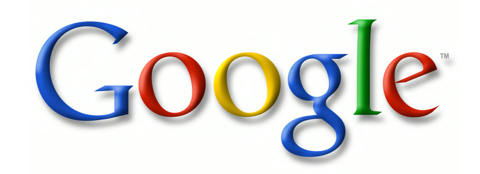
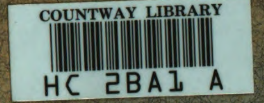




Das
diätetische Heilverfahren
Schroths

von

Dr. med. Siegfried Möller,
Arzt in Loschwitz bei Dresden.

4. Auflage.



Dresden-A.
Verlag der Diätetischen Heilanstalt
(H. Dittmar).
1908.





Das diätetische

Heilverfahren Schroths

und

seine große Wirksamkeit

im

Lichte neuerer Forschung

von

Dr. med. **Siegfried Möller,**
Arzt in Loschwitz bei Dresden.

IV. vermehrte und verbesserte Auflage.



Verlag der Diätetischen Heilanstalt (H. Dittmar) in Dresden-A.
Zinzendorf-Straße 29.
1908.

Inhaltsangabe.

Kapitel 1.

Einführung.

Es werden nunmehr über 80 Jahre her sein, daß die Welt mit einem der wirkungsvollsten Heilverfahren beschenkt wurde, die es für eine große Anzahl der chronischen Leiden gibt.

Die Schrothsche Kur, sogenannt nach ihrem Begründer, dem Landmann Johannes Schroth zu Lindewiese in Österreich-Schlesien, stellt eines der mächtigsten Mittel dar, um den chronisch kranken Organismus in einer für ihn günstigen Weise zu beeinflussen und den Patienten auf dem schwierigen Wege, der zur Gesundung führt, ein gutes Stück vorwärts zu bringen. Schrothsche Kur.

Trotz der großen Erfolge, die dieses Heilverfahren erzielt, hat dasselbe noch nicht die Anerkennung insbesondere von seiten der Ärzte gefunden, die es verdient. An den Universitäten wird dieses Verfahren ebensowenig gepflegt, wie noch bis vor einigen Jahren die übrigen physikalischen Heilmethoden. Demzufolge hatte ich auch während meiner Studienzeit keine Gelegenheit, dieses Verfahren kennen zu lernen. Erst in eigner Praxis begegneten mir unter meinen Patienten immer wieder solche, die über gute Erfolge durch diese Kur berichteten und oft ihrer Begeisterung für die- Urteile von Patienten.

selbe nicht genug Ausdruck zu geben vermochten. Keine andre Kur hätte bei ihnen, so erklärten sie einstimmig, so schnell und durchgreifend gewirkt wie gerade die Schrothsche Kur. Die Erprobung dieser Heilmethode in der Praxis und vor allen Dingen am eignen Körper ließen mich dieses Laienurteil zum größten Teil bestätigt finden.

Schroth wurde angeblich durch die mit feuchten Umschlägen an sich selbst erzielten Erfolge dazu geführt, an seinen Mitmenschen Heilversuche zu machen. Dazu kam, daß er sich die Fehler oder vielmehr Übertreibungen seines im benachbarten

Prießnitz. Gräfenberg wohnenden Landsmannes Prießnitz, des Begründers des modernen Wasserheilverfahrens, zunutze machte, der die bei ihm Hilfe Suchenden mit Strömen kalten Wassers innerlich und äußerlich, mit Verbot des Weines und Darreichung reichlicher Nahrung behandelte. Demgegenüber wandte Schroth das entgegengesetzte Verfahren an, indem er die Anwendung von feuchter Wärme, Entziehung von Flüssigkeiten, magere Diät und den mäßigen Genuß von leichtem Wein zu einem Heilverfahren kombinierte.

Schroth ging bei seinem Heilverfahren von dem Gedanken aus, daß es sich bei den chronischen Krankheiten um eine Säfteverderbnis handle, und daß man, um wirklichen Nutzen zu schaffen, auf eine Reinigung der Säfte, auf eine Bluterneuerung hinarbeiten müsse. Daher der von ihm so häufig

„Ohne Reinigung keine Heilung.“ angewandte Ausspruch: „Ohne Reinigung keine Heilung“. So sehr diese seine Ansicht, oberflächlich betrachtet, auch der modernen Krankheitsanschauung

widerstreitet, so hat der alte Schroth mit derselben jedoch nicht so ganz unrecht. Eine große Stütze hierfür sind die während der Kur auftretenden Erscheinungen und die Erfolge bei so mannigfachen Krankheiten. Und gerade die Wirksamkeit eines und desselben Heilverfahrens gegen oft scheinbar so verschiedenartige Leiden muß in uns die Frage nach einer mehr einheitlichen Ursache derselben wachrufen. Die moderne Medizin sucht ja zwar die einzelnen Krankheiten in die verschiedensten Zweige zu zersplittern und voneinander zu trennen, um durch eine mühevolle Spezialforschung und Spezialbehandlung derselben Herr zu werden. Die praktischen Erfolge sind jedoch trotzdem, wenigstens bei den chronischen Krankheiten, im allgemeinen nicht immer weder den Arzt noch den Patienten befriedigende.

Einheitliche Ursache der Krankheiten.

In der Schrothschen Kur spielt die veränderte Ernährung eine Hauptrolle, und zwar weicht die während der Kur zugeführte Nahrung sowohl der Menge als auch der Art nach von der im gewöhnlichen Leben üblichen ab. Wenn wir also durch eine Veränderung der Ernährung günstig auf die verschiedenartigsten Krankheitszustände einzuwirken vermögen, so ist es wohl kein logischer Fehler, wenn wir daraus schließen, daß auch in der alltäglichen Nährweise Krankheitsursachen verborgen sind, über welche wir uns im Interesse eines besseren Verständnisses der vorliegenden Fragen klar werden müssen. Wir müssen untersuchen, ob einerseits die Menge der täglich zugeführten Nahrung physiologischen Bedürfnissen entspricht, und ob

Die gebräuchliche Nahrung als Krankheitsursache.

anderseits die Beschaffenheit unserer Nahrung nicht eine solche ist, daß sie den Anlaß zu Krankheitsstörungen geben kann. Und in der Tat müssen wir nach den neueren wissenschaftlichen Untersuchungen zu dem Schluß kommen, daß die allgemein übliche Ernährung sowohl quantitativ als auch qualitativ falsch ist und damit die Ursache der vielen Krankheitserscheinungen des täglichen Lebens abgibt.

Kapitel II.

Die gebräuchliche Nahrungsmenge als Krankheitsursache.

Einzelbestandteile der Nahrung.

Wenn wir uns zunächst mit der Nahrungsmenge beschäftigen, welche durchschnittlich üblich ist, so müssen wir zunächst zur Erläuterung kurz anführen, daß sich die Nahrung aus verschiedenen Bestandteilen zusammensetzt, nämlich aus Eiweiß, Kohlehydraten, Fett, Nährsalzen und Wasser. Unter Eiweiß verstehen wir stickstoffhaltige, organische Verbindungen, hauptsächlich in Fleisch, Eiern, Milch, Käse und Nüssen enthalten, welche dem chemischen Aufbau der einzelnen Zellen und zum Ersatz der durch den Stoffwechsel abgenutzten Körpersubstanz dienen. Das Fett und die Kohlehydrate, zu welch letzteren die stärkemehlhaltigen Nahrungsmittel und der Zucker gehören, sind dagegen stickstofffreie, organische Verbindungen, welche im wesentlichen als Brennmaterial zur Inganghaltung der menschlichen Maschine Verwendung finden. Als der wichtigste Bestandteil der Nahrung wurde bisher das

Eiweiß gehalten. Deshalb wurde auch ständig in erster Linie auf eine genügend große Eiweißmenge bei der täglichen Nahrungsaufnahme geachtet. Als diesbezügliche Durchschnittszahlen wurden in den wissenschaftlichen Lehrbüchern die von dem Physiologen Voit angegebenen Nahrungsmengen angeführt. Derselbe forderte für einen erwachsenen Menschen von 70 kg Körpergewicht bei mäßiger Muskelarbeit eine tägliche Nahrungsmenge von 118 g Eiweiß, 56 g Fett und 500 g Kohlehydraten, welche gesamte Nahrungsmenge einen Verbrennungswert von 3000 Wärmeeinheiten (Kalorien) hat. Für einen stark arbeitenden Menschen, als welchen Voit den diensttuenden Soldaten ansieht, stellte er 145 g Eiweiß, 100 g Fett und 500 g Kohlehydrate fest, entsprechend einem Verbrennungswert von 3600 Kalorien. Die Forderungen anderer Forscher für den täglichen Eiweißbedarf schwanken zwischen 100 und 146 g.

Tägliche Nahrungsmenge nach Voit.

In diesen Zahlen spiegeln sich die bezüglich der Nährweise befolgten Gewohnheiten der Kulturmenschen wieder. In der allgemeinen Praxis werden diese Mengen sogar vielfach noch übertroffen, und ganz besonders Kranken und Schwachen wird eine noch größere Zufuhr von Nahrung und speziell von für kraftspendend gehaltenen Eiweißstoffen empfohlen. Die Versuchung, das tägliche Nahrungsquantum zum Zwecke einer angeblichen Stärkung von Körper und Geist zu vermehren, ist eine große. Eine andere Frage ist es allerdings, ob ein derartiges Streben berechtigt ist, und ob die angeführten Mengen auch den wirklichen Bedürfnissen des menschlichen Körpers entsprechen. In auffallendem

Widersprechende Ansichten über die nötigen Eiweißmengen.

Widerspruche zu den durch obige Zahlen ausgedrückten, wissenschaftlichen Lehren stehen die schon seit langem seitens der Vegetarier aufgestellten Behauptungen, mit bedeutend geringeren Eiweißmengen auskommen zu können und sich dabei wohl und leistungsfähig zu fühlen. Wenigstens haben die in den letzten Jahren bekannt gewordenen mannigfaltigen sportlichen Wettkämpfe bewiesen, daß die wenig Eiweiß genießenden Vegetarier ihren Fleisch und damit reichlich Eiweiß verzehrenden Rivalen bei weitem überlegen sind.

In der Tat liefern uns auch von wissenschaftlicher Seite verschiedentlich an Vegetariern ausgeführte Stoffwechselversuche den Beweis, daß dieselben mit Eiweißmengen auskamen, die sich nur auf 30 bis 50 g pro Tag beliefen, also nur auf $^1/_4$ bis knapp $^1/_2$ der Voitschen Zahlen. Mit diesen geringen Eiweißmengen blieben die Versuchspersonen im sogenannten Stickstoffgleichgewicht, d. h., die aufgenommene Nahrung genügte vollkommen zur Befriedigung der Körperbedürfnisse.

Experimentelle Feststellung der nötigen Eiweißmenge seitens amerikanischer Forscher.

In allerletzter Zeit war es Prof. Chittenden, Lehrer der Physiologie an der Yale Universität in Amerika, welcher infolge dieser Resultate die Frage aufwarf, ob die von der Wissenschaft angenommenen, auf die Ernährung bezüglichen Standartzahlen nicht zu hohe seien, und der zur Entscheidung dieser Fragen erneute ausführliche, mit allen Vorsichtsmaßregeln ausgeführte experimentelle Prüfungen anstellte, deren Ergebnisse er in einem größeren Werke*)

*) Physiological Economy in Nutrition London, W. Heinemann 1905.

niedergelegt hat. Chittenden unterwarf 26 Personen, bestehend aus drei verschiedenartigen Gruppen, nämlich 5 Professoren, 13 Soldaten und 8 athletisch geschulte Studenten im Alter von 21 bis 47 Jahren, während einer Dauer von mindestens 6 Monaten Ernährungs- und Stoffwechselversuchen mit dem Hauptleitgedanken, die Nahrung gründlich zu kauen und einzuspeicheln und die tägliche Eiweißzufuhr soviel als möglich zu verringern, ohne den Körper zu schwächen und in seiner Leistungsfähigkeit und in seinem allgemeinen Wohlbefinden herabzusetzen. Das Resultat war ein ganz erstaunliches. Die täglich aufgenommene Eiweißmenge überschritt im Durchschnitt nicht 50 g, ging sogar bei einzelnen bis auf $^1/_3$ der Voitschen Forderung herab. Sämtliche Teilnehmer befanden sich während des Versuches wohl und nahmen ohne Unterschied an Kraft zu. Der Prozentsatz dieser Zunahme betrug nach der Prüfung am Dynamometer im Durchschnitt bei den Soldaten 77 %, bei den bereits vorher seit Monaten mit Sportübungen beschäftigten Studenten 38 %. Dabei war der Verbrennungswert der aufgenommenen Nahrung durchschnittlich um 25 % geringer als von Voit verlangt wurde. Vervollständigt werden diese Veröffentlichungen von Prof. Chittenden durch Versuche, welche sein Kollege, Prof. Irving Fisher an 9 jungen Leuten anstellte, die sich auf die Prüfung der Ausdauer bei einer nach obigen Gesichtspunkten durchgeführten Diätänderung erstreckte. Auch hier zeigte sich bei entsprechend gleichen Ergebnissen eine gewaltige Steigerung der Ausdauer, nämlich durchschnittlich um 90 %.

Weniger Eiweiß — größere Kraft.

Zunahme der Ausdauer.

Das Hauptresultat seiner Arbeit faßt Chittenden mit folgenden Worten zusammen: „Die Menge des in der Nahrung enthaltenen Eiweißes, welche der Körper für seine täglichen Bedürfnisse braucht, beträgt nicht mehr als die Hälfte dessen, was der Mensch durchschnittlich zu sich zu nehmen gewohnt ist. Körpergewicht, Gesundheit, Kraft, körperliche und geistige Leistungsfähigkeit und Ausdauer können mit der Hälfte der gewohnheitsmäßig verbrauchten Eiweißmenge aufrecht erhalten werden. Die auf solche Weise betätigte physiologische Sparsamkeit bringt kein Unbehagen mit sich, sondern vielmehr eine deutliche Aufbesserung des allgemeinen Wohlbefindens."

Übergroße Nahrungszufuhr eine Ursache der chronischen Krankheiten.

Anderseits kommt Chittenden aber auch zu dem Schlusse, der uns hier bei der Frage nach der Entstehung der chronischen Krankheiten besonders interessiert. Er sagt diesbezüglich: „Es besteht im Hinblick auf die Ergebnisse unserer Forschung kein Zweifel, daß die Menschen im allgemeinen viel mehr Nahrung zu sich nehmen, als wie sie für ihre physiologischen Bedürfnisse nötig haben, und es ist mehr als wahrscheinlich, daß dieses Übermaß von Nahrung auf dem weiten Wege durch den Körper schädlich für die Gesundheit ist, daß es den Körper vielmehr schwächt als ihn stärkt und daher den beabsichtigten Zweck nicht erreicht, sondern ihm direkt entgegenwirkt." Durch das Übermaß an Nahrung werden die physiologischen Vorgänge des Körpers nicht gefördert, sondern gehemmt und aufgehalten. Denn der Körper muß die über seinen Bedarf aufgenommene Nahrung auch

auf irgend eine Weise verarbeiten und sich von ihr zu befreien suchen. Dieses Bestreben fordert von dem Körper ein großes Teil nutzloser Arbeit und bedeutet für ihn einen bedeutenden Energieverlust.

Die hinreichende Eiweißmenge von 50 g wird nach ihrer Verarbeitung im menschlichen Körper mit dem Urin in Gestalt von ungefähr 8 g Stickstoff ausgeschieden, während der gewohnheitsmäßig aufgenommenen Eiweißmenge 16 bis 18 g Stickstoff im täglichen Urin entsprechen. Um diese großen Stickstoffmengen aus der Nahrung zu bilden, und um die bei dieser Umwandlung entstehenden Zwischenstufen durch das Zirkulationssystem und von Organ zu Organ zu befördern, bedarf es einer vermehrten Arbeitsleistung seitens des Körpers, und es ist kein Wunder, wenn infolge dieser Überanstrengung Organe wie die Leber und die Nieren erlahmen und ihre Tätigkeit teilweise einstellen.

Das Übermaß an Eiweiß schädlicher als das der anderen Nahrungsbestandteile.

Daß aber die eiweißhaltigen Nahrungsmittel schädlicher sind als die stickstofffreien Nahrungsbestandteile beruht darauf, daß Fette und Kohlehydrate bei der Verbrennung im Körper schließlich in ein einfaches, gasförmiges Produkt, nämlich in Kohlensäure und in Wasser umgewandelt werden, welche leicht und schnell entfernt werden können, und die, auch wenn in größeren Mengen gebildet, keine wesentlichen Nachteile im Gefolge haben. Die Oxydationsprodukte des Eiweißes hingegen sind kristallinische, stickstoffhaltige Substanzen, welche vor ihrer Ausscheidung durch die Nieren im Blute durch den ganzen Körper kreisen, sich eventuell zeitweise in einzelnen Organen ablagern und die

Körperzellen ungünstig beeinflussen. Denn diese bei dem Eiweißstoffwechsel sich bildenden Zwischen- und Endprodukte sind für den Organismus von nachteiliger Wirkung. Es ist nämlich eine feststehende Tatsache, daß die Ausscheidungsprodukte aller Lebewesen, sowohl der pflanzlichen als auch der tierischen, für die Lebewesen selbst, welche sie produzieren, mehr oder weniger giftig sind. Von der sich aus dem Eiweiß bildenden Harnsäure ist dies allgemein bekannt, und auf ihre Rolle als Krankheitsursache kommen wir weiter unten zu sprechen. Außer der Harnsäure gibt es aber noch verschiedene andere Stoffwechselprodukte, welche als Toxine zusammengefaßt werden, und die alle mehr oder minder schädlich für den Körper sind. Ist nun die Eiwoißaufnahme eine erhöhte, so werden auch diese Toxine in größeren Mengen gebildet. Je mehr aber von diesen letzteren im Blute kreisen, um so größer ist auch ihre Giftwirkung und um so größer ist die Gefahr, der der Körper von seinen eigenen Stoffwechselschlacken ausgesetzt ist.

Die Summe der Toxine kann aber auch vermehrt werden durch diejenigen Stoffe, welche sich bei der Darmfäulnis aus dem Eiweiß bilden und leicht in den Körper übergehen. Die Darmfäulnis ist aber um so größer, je mehr Eiweiß mit der Nahrung aufgenommen wird, welches den notwendigen Bedarf übersteigt, im Darm stagniert, hierselbst der Fäulnis anheimfällt und ganz besonders schädliche Stoffe bildet.

Die Wirkung von übergroßer Nahrungszufuhr faßt Prof. Chittenden mit folgenden Worten zusammen:

„Jede Nahrungsmenge, welche das natürliche Bedürfnis übersteigt, bedeutet eine unnötige, übermäßige Inanspruchnahme des Körpers, und damit eine verderbliche Verschwendung, welche besser für unerwartete zukünftige Ereignisse aufgespart bliebe. Sie legt den Ausscheidungsorganen die nutzlose Arbeit auf, die Abfallsprodukte wieder auszuscheiden, ganz zu schweigen von der nachteiligen Wirkung dieser Stoffe bei ihrer Zirkulation im Körper."

Mit den vorstehend kurz skizzierten Forschungsresultaten des amerikanischen Gelehrten, die sich ja im Prinzip mit den Ansichten und Lehren vieler verständigen Ärzte und Philosophen aller Zeiten decken, welche das Maßhalten in allen Dingen und ganz besonders in Speise und Trank empfehlen, ist eine Hauptursache für die Entstehung der chronischen Krankheiten klar und deutlich geschildert.

Kapitel III.

Die Qualität der Nahrung als Krankheitsursache. Haigs Harnsäuretheorie.

Eine weitere wichtige Ursache liegt aber auch in der Beschaffenheit der täglich zugeführten Nahrung. Diesbezüglich müssen wir uns hier mit den Theorien bekannt machen, die von einem englischen Arzt Dr. Haig aufgestellt sind, der damit etwas mehr Licht und Aufklärung in das verwickelte Kapitel der pathologischen Vorgänge ge- **Theorie des Engländers Haig.**



bracht hat, und der auf jahrelange wissenschaftliche Untersuchungen und zahlreiche Experimente fußend für eine große Zahl von alltäglichen Leiden mit einem bewunderungswürdigen Scharfsinn eine gemeinschaftliche Grundursache festgestellt hat.

Wenn wir auf seine Theorie hier in aller Kürze eingehen, so wollen wir dieselbe natürlich nicht erschöpfend*) behandeln und es auch dahingestellt sein lassen, ob dieselbe in allen ihren Teilen richtig ist. Uns kommt es hier nur auf den einheitlichen Gedanken an, von dem wir wie von einer höheren Warte aus das Heer der chronischen Krankheiten mit ihren mannigfaltigen sinnverwirrenden Erscheinungen in einer uns verständlichen und für die Therapie fruchtbringenden Weise betrachten können.

Das Wesentliche der Haigschen Ausführungen ist, daß die Kulturmenschheit bei ihrer heutigen allgemein üblichen Lebensweise ihrem Körper tagtäglich bestimmte Gifte mit den Nahrungsmitteln einverleibt. Diesen im wesentlichen mit Fleisch, Kaffee, Tee, Kakao und Hülsenfrüchten aufgenommenen Giften ist der Körper jedoch seinen natürlichen Anlagen nach nicht gewachsen, er vermag sie nicht auszuscheiden; demzufolge sammeln sich dieselben im Laufe der Jahre im menschlichen Organismus an, verursachen die verschiedensten Reizzustände, Stoffwechselstörungen, haben mannig-

*) Ausführlicher ist die Haigsche Theorie behandelt in dem Buche desselben Verfassers: Wege zur körperlichen und geistigen Wiedergeburt. Berlin, Otto Salle, 1908. III. Aufl. Preis 2 ℳ.

faltige körperliche Schmerzen und Beschwerden, seelische und geistige Qualen im Gefolge und veranlassen schließlich vorzeitiges Siechtum und Tod des Einzelnen und physische und moralische Degeneration, ja sogar Vernichtung ganzer Kulturvölker.

Die Harnsäure und ihre Eigenschaften.

Die Gifte, welche hierbei die größte Rolle spielen, sind nach den Untersuchungen von Haig die Harnsäure und dieser verwandte andre Stoffe, welche wir mit der Nahrung täglich zwar in nur geringen Mengen aufnehmen, die sich aber mit der Zeit zu großen Depots im Körper ansammeln. Diese Ansammlungen sind ja bei Gichtkranken unter der Haut direkt fühlbar, und die Gicht und der Rheumatismus wurden ja auch allgemein bisher von der Medizin als Harnsäurekrankheit aufgefaßt. Aber nach Haig haben auch die meisten andern Krankheiten dieselbe Ursache. Denn die Harnsäure lagert sich nicht nur in den Gelenken und Muskeln ab, sondern auch in der Leber, der Milz, den Nieren, im Herzmuskel, in den Schleimhäuten der Luftröhre und des Darms und an vielen andern Orten und ruft hier entzündliche Reizzustände hervor.

Harnsäure und Zirkulation.

Eine ganz besondere Eigenschaft entfaltet aber die Harnsäure, wenn sie sich nicht in Kristall- oder doch konsistenterer Form ablagert, sondern wenn sie sich mehr beweglich im Blute und den andern Flüssigkeiten des Körpers aufhält. Das Blut kann nur eine ganz bestimmte Menge von Harnsäure in direkter Lösung enthalten. Steigert sich deren Menge oder ändert sich die chemische Beschaffenheit des Blutes, seine Alkaleszens, so geht die Harn-

säure mit bestimmten Bestandteilen des Blutes Verbindungen ein und bildet dann gallertartige schleimige Massen, welche genau so wie Schlamm und Schmutz ein Kanalsystem die Blut- und Lymphgefäße anfüllen und die kleineren derselben, die sogenannten Kapillaren, direkt verstopfen, so daß das Blut hier gar nicht mehr oder doch nur sehr langsam zirkulieren kann. Diese Verstopfung der kleinsten Gefäße tritt z. B. deutlich an den Stellen ein, die vom Herzen am weitesten entfernt sind, wo die Herzkraft sich am geringsten äußert, den Füßen und Händen, und diese Verstopfung der Gefäße dokumentiert sich äußerlich durch subjektives und objektives Kältegefühl, über welches ja fast die Hälfte der Kulturmenschheit zu klagen hat.

Durch die Erfüllung des Blutgefäßsystems mit Harnsäure wird nicht nur das Blut vergiftet und die dadurch so weit verbreitete Bleichsucht und Blutarmut bedingt, sondern infolge der Verstopfung der Kapillaren, welcher Zustand von Haig mit dem

Collaemie. Namen Collaemie*) belegt wird, geht auch die Ernährung der einzelnen Organe, Gewebe und Zellen in der folgenschwersten Weise nur langsam von statten, sie leiden in ihrer Ernährung direkt not; umgekehrt werden die verbrauchten Stoffe der einzelnen Organe nur mangelhaft durch die Ausscheidungskanäle fortgeschafft; vielmehr werden diese Stoffe teilweise zurückgehalten und dies oft in halbverbrannter Form, da ebenso wie die Zuführung

*) Der Ausdruck rührt her vom lateinischen Worte „colla“ (Leim) und bedeutet die leimige, gallertartige Beschaffenheit des Blutes.

von Nahrung auch die von frischem Sauerstoff mit dem Blute behindert ist; diese Abfallstoffe lagern sich ab und tragen neben der Harnsäure zur Versäuerung und Vergiftung der Organe bei.

Haig selbst schreibt in seinem Werk „Harnsäure als ein Faktor der Entstehung von Krankheiten" (Berlin, Otto Salle, 1902) diesbezüglich folgendes: „Wenn meine Voraussetzungen richtig und meine Schlußfolgerungen logisch sind, und wenn die Harnsäuremenge den Kreislauf in dem Maße beeinflußt, wie ich das glaube, so folgt daraus, daß die Harnsäure in der Tat die Funktionen, die Zellernährung und den Körperaufbau in einem Grade beherrscht, wie wir es uns nie bisher vorgestellt haben; anstatt nur die Struktur einiger weniger relativ bedeutungsloser Gewebe anzugreifen, in welcher sie nach dem Tode vorgefunden wurde, kann sie in der Tat direkt die Entwicklung, den Lebenslauf, den endlichen Zerfall und die Auflösung jedes Gewebes bestimmen und zwar von den wichtigsten Nervenzentren und den tätigsten Drüsen bis zum Bett der Nägel und der Struktur der Haut und Haare."

Harnsäure und Stoffwechsel.

Wird so also durch die Collaemie der Stoffwechsel der einzelnen Körperteile lahmgelegt, so ist es auch erklärlich, daß der Gesamtstoffwechsel ebenfalls darunter leiden muß; beeinflußt die Collaemie hauptsächlich den Eiweißstoffwechsel, so ist die Folge die Ausscheidung nicht verstoffwechselten Eiweißes durch die Nieren, die Brigthsche Krankheit; beeinflußt sie die Kohlehydrate, Stärke und Zucker, so entsteht die Zuckerkrankheit, trifft die Störung

mehr den Stoffwechsel der Fette, so entsteht Fettsucht in mehr oder minder hohem Grade.

Harnsäure und Blutdruck.

Eine fernere Folge der Collaemie, der Einengung des Blutgefäßsystems infolge Verstopfung der Kapillaren durch die Harnsäure, ist eine bedeutende Steigerung des Blutdruckes im Herzen und in den Gefäßen. Durch diesen erhöhten Blutdruck hat das Herz mehr Widerstand und überhaupt mehr Arbeit zu leisten, wird also frühzeitiger abgenutzt, ebenso werden auch die Gefäßwandungen zur Erschlaffung, Ausweitung und zum Bersten gebracht. Dieser erhöhte Blutdruck offenbart sich unter anderem durch Krampfadern, Hämorrhoiden, durch starke, oft gefährliche, sich stets wiederholende Blutverluste mit dem Monatsfluß bei den Frauen, sowie durch Bersten der Gehirngefäße im vorzeitigen Alter.

Harnsäure und Leistungsfähigkeit.

Die mangelhafte Ernährung der einzelnen Organe, der Muskeln und Nerven, und die Zurückhaltung der Stoffwechselprodukte durch die Collaemie gibt sich auch sehr bald subjektiv kund durch ein vorzeitiges Versagen der körperlichen Leistungsfähigkeit, ein Symptom, welches wir in den Städten bei so vielen Menschen finden, trotzdem dieselben noch nicht das vierte, häufig noch nicht das dritte, ja sogar noch nicht das zweite Lebensjahrzehnt zurückgelegt haben, sich also in einem Alter befinden, in dem sie sich im Vollbesitz ihrer Kraft fühlen sollten.

Verlangen nach Reizmitteln und ihre Wirkung.

Die natürliche Folge ist das Verlangen nach reichlicher und kräftiger Kost und nach Stärkungsmitteln; dieselben haben zwar momentan Erfolg, indem die mit der Nahrung eingeführten Mengen neuer

Harnsäure oder ähnlich gearteter Gifte die im Blute bereits vorhandene und daselbst Collaemie bewirkende Harnsäure in die Gewebe und Organe zurückdrängen, so daß zeitweilig die Blutzirkulation frei wird, und gleichzeitig die durch die Collaemie hervorgerufenen Beschwerden verschwinden oder sich doch verringern. In Wirklichkeit wird hierdurch aber nicht nur die Ausfuhr der Harnsäure verhindert, sondern auch ihre Menge beständig durch neue Zufuhr vermehrt, so daß dies allgemein übliche Verfahren die Quellen des Übels nur noch reichlicher und verheerender fließen läßt.

Harnsäure und Infektionskrankheiten.

Aber auch auf solche Krankheitsvorgänge, für die eine selbständige spezifische Ursache wissenschaftlich feststeht, für die allgemeinen Infektionskrankheiten und die lokalen Entzündungen und Eiterungen, die durch Mikroorganismen bedingt sind, ist der Harnsäuregehalt des Blutes maßgebend. Haig sagt darüber: „In normalem Zustande und noch mehr im Zustande angeregter Zellernährung, wo das Blut frei von Harnsäure und infolgedessen auch der Kreislauf in allen Geweben frei, die Verdauung vollkommen und der Stoffwechsel vollständig ist, kurz, wenn das Lebensfeuer kräftig und hell brennt, dann werden die Krankheitserreger verbrannt, zerstört und können unmöglich irgendwo Wurzel schlagen. Wenn dagegen bei einem ganz entgegengesetzten Zustande der Kreislauf und der Stoffwechsel schwach, die Verbrennung unvollständig sind und das Feuer schwach brennt, dann können sich die Mikroben einnisten, sich vermehren und die Krankheit befördern oder erzeugen."

Harnsäure und Nervensystem.

Wie die Harnsäure in allen Körperorganen und im Blute ihre verderbliche Wirkung entfaltet, so tut sie dies auch im Gehirn und den Nervenzentren. Die Folgen von Collaemie und hohem Blutdruck im Gehirn sind Gemütsverstimmungen, Kopfschmerz, Schwindel, Coma, Epilepsie, Urämie und sogar Selbstmord; ja man kann sagen, daß fast mit allen Nerven- und Geisteskrankheiten die Harnsäure in ursächlichem Zusammenhange steht. Somit wird uns durch Haig eine Perspektive eröffnet, die für die gequälte, kranke, dahinsiechende Menschheit die Aussicht auf ein neues und edleres Dasein in sich birgt.

Harnsäure und Migräne.

Besonders bezüglich des Kopfschmerzes, der Migräne, kommt Haig infolge der Beobachtungen an seinem eignen mit diesem Leiden behafteten Körper zu dem Schluß, daß derselbe mit dem Harnsäuregehalt der Gehirngefäße zusammenhängt, und daß man denselben bei Neigung dazu durch Vermehrung oder Verminderung dieses Harnsäuregehaltes willkürlich erzeugen oder zum Verschwinden bringen kann. In ähnlicher Weise hängen auch epileptische Anfälle, Verstimmungen des Gemüts, ja das ganze Heer nervöser Beschwerden mit der Harnsäure zusammen, und so wird uns die Neurasthenie, die Hysterie von ganz neuen Gesichtspunkten aus in ein klares Licht gerückt.

Geistige Depression durch Harnsäure bedingt.

In wie eminenter Weise unser Geistesleben durch die Collaemie beherrscht wird, drückt Haig mit folgenden Worten aus: „Aus eigner Erfahrung weiß ich, daß die geistige Depression so tückisch

ist, daß ich, obgleich ich schon die Wirkungen der Collaemie kenne, mich oft nur sehr schwer davon abhalten kann, Dinge falsch und übertrieben aufzufassen; noch weniger gelingt es denen, welche ihren Zustand nicht zu beurteilen vermögen. In diesem Zustande kann der Mensch selbst seines teuersten auf Erden nicht gedenken, er ist unzurechnungsfähig, vorübergehend geistesgestört, er unterscheidet sich nur im Grade der Krankheit von den Menschen, welche wir in die Irrenanstalten unterbringen.“ Ist die Collaemie keine vorübergehende, sondern wiederholt sich dieselbe beständig und bleibt schließlich dauernd bestehen, so ist sie für unsre ganze Charakteranlage von den verderblichsten Folgen.

„Die Ursachen der Migräne und der Epilepsie, der Hysterie und des Wahnsinns“, sagt Haig, „sind auch die Ursache einer ganzen Reihe geistiger und moralischer Defekte, wovon die in unsern Irrenanstalten zu sehenden Krankheitszustände bloße Übertreibungen sind; lange bevor die letzten Stadien erreicht sind, hat sich das ganze Wesen langsam umgewandelt, und jene Selbstsucht, welche bloß abgeschwächter Wahnsinn ist, hat alle edlen geistigen und moralischen Eigenschaften mehr oder weniger ausgelöscht.“ **Harnsäure und Geistesleben.**

Umgekehrt aber zeigt sich uns ein ganz andres Bild. Lassen wir auch hier Haig wieder reden: „Klären wir dagegen das Blut von der Harnsäure, so daß der Blutdruck vermindert, der Puls beschleunigt und die Harnabsonderung vermehrt werden, dann ändert sich der Geisteszustand wie **Wirkung der Befreiung des Blutes von Harnsäure.**

durch Zauberschlag, Gedanken blitzen auf, das Gedächtnis umfaßt alles, nichts wird vergessen, Geistes- und Körperanstrengung ist ein Vergnügen, der Kampf ums Dasein ein Ruhm, alles Gute, das Unmögliche sogar, hält man für erreichbar, Mißgeschick gleitet ab, wie das Wasser über den Rücken einer Ente. Bis zu diesem schrecklichen Grade sind wir Sklaven des Gehirnkreislaufes."

Ferner an andrer Stelle: „Die wissenschaftliche Vermeidung von Nahrungsgiften bedeutet weit mehr als bloß die Verhütung oder Heilung der genannten Krankheiten. Sie kann unter Umständen sogar die vollständige physische, geistige, moralische und seelische Wiedergeburt des Geschlechtes bewirken." Die Wirkungen der Befreiung des Organismus von der Harnsäure auf die Dauer sind also ganz enorme.

Haigs Erfahrung am eignen Körper.

Haig selbst beschreibt uns diese Wirkung auf seinen eignen Körper folgendermaßen: „Ich übertreibe kaum, wenn ich sage, daß die Wirkung der Befreiung von Harnsäure meine Körperkräfte vollständig so hoch hob, wie sie vor 15 Jahren gewesen waren, und ich bezweifle sogar, ob ich vor 15 Jahren die Menge Arbeit und Anstrengung ausgehalten hätte, welche ich jetzt ganz ungestraft aushalte." „Zur Zeit meiner früheren Fleischkost konnte ich absolut nicht so viel leisten, besonders nicht im Frühjahr mit der ersten Wärme des Jahres; besonders wenn damals ein warmer und vielleicht zudem feuchter Wind wehte, machte mich eine 1½ bis 2 Stunden dauernde Anstrengung durch Ermüdung schon ganz unfähig und zwang mich zu Ruhepausen. Gegenwärtig haben Hitze und

Feuchtigkeit nur noch etwa die Wirkung auf mich, daß sie mich zur Arbeit noch fähiger machen; das alte Gefühl der Unfähigkeit, weiter zu arbeiten, ist mir nun ganz unbekannt geworden."

Kurze Zusammenfassung der beiden Theorien.

Fassen wir nochmals die im vorstehenden wiedergegebenen Resultate wissenschaftlicher Forschung kurz zusammen, so entstehen die meisten chronischen Krankheiten dadurch, daß die Menschen ihrem Körper mehr Nahrung zuführen, als dem physiologischen Bedürfnis desselben entspricht. Demzufolge werden auch größere Mengen giftiger Stoffwechselprodukte gebildet, als der Körper auf die Dauer zu bewältigen vermag. Diese bei der Verbrennung entstehenden Oxydationsprodukte werden noch vermehrt durch gleiche oder ähnliche Stoffe, welche bereits in der allgemein üblichen Nahrung vorgebildet enthalten sind. Und so handelt es sich bei den chronischen Krankheitszuständen um eine Selbstvergiftung des Blutes und der Gewebe mit Stoffen, welche der Körper nicht auszuscheiden imstande ist.

Daß Haig hierbei den Fehler begeht, gewisse andre für die Beurteilung dieser Fragen in Betracht kommende Momente außer acht zu lassen, wie schlechte Blutmischung infolge mangelhaften Nährsalzgehaltes, zu geringe Sauerstoffaufnahme durch fehlerhafte Atmung und vor allen Dingen die verschieden geartete Lebenskraft bei den verschiedenen Individuen und unter den verschiedenen Existenzbedingungen, setzt den Wert seiner Forschungen nicht im mindesten herab. Die zahlreichen pathologischen Erscheinungen werden uns trotzdem durch seine Theorie in ein klareres Licht gerückt, und

wir kommen dadurch zur Erkenntnis, daß wir es bei den meisten chronischen Krankheiten mit einer Störung in der Bilanz zwischen Einfuhr und Ausfuhr im körperlichen Haushalt, mit Ansammlung von giftig wirkenden Stoffwechselrückständen zu tun haben, von denen zwar die Harnsäure ein überaus wichtiger, aber nicht der einzige Repräsentant ist.

Verschlackung der menschlichen Maschine.

Diese Gifte rufen, sich allmählich zu bedeutenden Mengen im Körper anhäufend, teilweise örtliche Reizerscheinungen, teilweise Verstopfungen des Gefäßsystems, hohen Blutdruck, Vergiftung des Blutes, verminderten Stoffwechsel in den einzelnen Organen und im ganzen Körper hervor. Derselbe gleicht mit der Zeit einer durch Schlacken und nicht abgeführte Verbrauchsstoffe verunreinigten Maschine. Dadurch nimmt die Reibung zwischen den einzelnen Teilen zu, der Kraftaufwand zur Inganghaltung der menschlichen Maschine wird ein beständig größerer, und bald tritt neben Versagen der Leistungsfähigkeit körperliches und geistiges Siechtum ein. Also nicht das Hasten und Treiben des modernen Lebens, nicht die schlechte Luft der Städte und wer weiß was sonst noch, sind die Ursachen der Bleichsucht, der Nervenschwäche und Geisteskrankheiten, sondern diese sind bedingt durch die Selbstvergiftung des Körpers, und der erst dadurch geschwächte Organismus vermag infolgedessen nicht mehr den Ansprüchen des Lebens gerecht zu werden; er unterliegt im Kampfe ums Dasein.

Zwei Gruppen von Harnsäurekrankheiten.

Um nun einen kurzen Überblick über die durch Harnsäure verursachten Störungen und Krankheiten

zu bekommen, so lassen sich dieselben nach Haig*) in 2 Gruppen einteilen, und zwar:

A. in die Klasse von Krankheiten, welche dadurch entstehen, daß sich die Harnsäure aus dem Blut in den Geweben und zwar speziell in dem Bindegewebe an den verschiedensten Körperstellen niedergeschlagen und hierselbst örtliche Reizerscheinungen hervorgerufen hat. Der Hauptrepräsentant hierfür ist die Gicht.

B. in die Klasse von Krankheiten und Krankheitserscheinungen, welche ihren Ursprung herschreiben von einem Überfluß von Harnsäure im Blut und damit ihrer Einwirkung auf die Zirkulation, den Blutdruck, den Stoffwechsel, die Ernährung usw.

Betrachten wir diese Gruppen einzeln, indem wir dabei den Angaben Haigs folgen.

A. Die zur Klasse der Gicht gehörenden Krankheiten.

A. Die Gruppe von Krankheiten, welche bedingt ist durch die rein örtliche Ablagerung von Harnsäure in irgend einem Bindegewebe:

Gicht.

Rheumatismus.

Entzündliche Herzerkrankungen.

Die örtlichen Entzündungen und Reizerscheinungen aller Bindegewebe. Die Organe, in welchen letztere sich vorfinden, sind folgende:

Gehirn und Gehirnhäute.

Nase, Rachen, Kehlkopf, Luftröhre, Bronchien, Lunge und Rippenfell.

Magen (wodurch bedingt: Magenschmerz, Magenentzündung, Magengeschwür), Leber

*) Haig, Uric Acid an Epitome to the Subject. London 1904.

(Leberabsceß, Leberschrumpfung, Gelbsucht) und Bauchfell.

Eierstöcke, Gebärmutter und Beckenbindegewebe (Myome der Gebärmutter), Nebenhoden usw.

Die Fascien und fibrösen Gewebe am Nacken, Rücken, im Wirbelkanal, in der Kreuzbeingegend, an den Händen usw.

Die Bindegewebe in der Haut (Ekzem, Schuppenflechte, Fasergeschwülste der Haut).

Der gesamte Darm (Darmkatarrh, Blähungen, Kolikschmerzen, Blinddarmentzündung).

Die Muskeln (Muskelschmerzen).

Die Nerven (Neuralgie).

Die Umgebung der Zähne (Wurzelhautentzündung).

Harnsäure in Verbindung mit Mikroorganismen ist wirksam bei:

Katarrhen, Influenza, Lungenentzündung, Lungenschwindsucht und Malaria;

Drüsenentzündungen.

B. Die Gruppe der durch Collaemie bedingten Krankheiten.

B. Die Gruppe von Krankheiten, welche bedingt ist durch einen Überfluß von Harnsäure im Blut (Collaemie):

Kopfschmerz, Epilepsie, Konvulsionen, Veitstanz, Hysterie und Neurasthenie.

Gemütsdepression, Aufgeregtheit, Manie und Wahnsinn.

Körperliche Schwäche, leichte Ermüdbarkeit, Lethargie.

Schwindel, Schlaflosigkeit.

Vorübergehende oder dauernde Lähmungszustände.

Asthma.
Dyspepsie, Magenerweiterung.
Leberschwellung, Zuckerkrankheit.
Brightsche Nierenentzündung, Eiweißharnen, kalte Extremitäten, Schlaganfälle, Wassersucht, Urämie.
Nieren- und Blasensteine, Blasengries.
Nervenentzündung.
Netzhautentzündung.
Degeneration der Nervenzellen und Nervenbahnen im Gehirn und Rückenmark.
Gewisse Hauterkrankungen wie Atrophie, Karbunkel und Furunkel.
Die Raynaudsche Krankheit.
Erkrankungen der Gefäße wie Thrombose, Degeneration, Verhärtung und Verkalkung der Gefäßwandungen.
Gefäßerweiterung (Aneurysma), Erweiterung und Degeneration des Herzmuskels, Herzbräune (Angina pectoris).
Bluterkrankungen wie Blutarmut, Bleichsucht, perniciöse Anämie.
Basedowsche Krankheit.
Blutstockungen in der Gebärmutter, Störungen im Monatsfluß, wie schmerzhafte und allzustarke Periode.
Hämorrhoiden, Afterjucken.

Für diese beiden großen Krankheitsgruppen, welche mit den Ausdrücken „gichtartige und kollämische Erkrankungen“ zusammengefaßt werden können, ist also die Harnsäure die Ursache oder hat doch an ihrer Entstehung mit den größten Anteil.

Heilungsbedingung: Entfernung der Harnsäure.

Sehen wir so die Ursachen vieler Krankheiten klar vor uns, so ist auch die Forderung für die Heilung derselben gegeben, sie besteht in der Beseitigung der Harnsäure und der andern im menschlichen Organismus befindlichen Gifte und damit der Wegbarmachung des Blutkreislaufes, der Entgiftung des Blutes, der Herabsetzung des Blutdruckes und der besseren Ernährung der einzelnen Organe und des ganzen Körpers.

Harnsäurefreie Diät.

Haig selbst empfiehlt als Universalmittel eine vollständige Änderung in der Ernährungsweise, nämlich eine sogenannte harnsäurefreie Diät, welche diejenigen Nahrungs- und Genußmittel ausschließt, welche Harnsäure und ähnliche Gifte enthalten; das sind Fleisch, Eier, Hülsenfrüchte, Spargel, Pilze, Kaffee, Tee und Kakao; gestattet dagegen sind Milch, Käse und künstliche Eiweißpräparate, welche frei von Harnsäure sind. Haig ist also im wesentlichen für eine gemäßigte vegetarische Lebensweise.

Sehr langsame Wirkung.

So sicher dieser Weg auch erscheinen mag, durch Fernhaltung der Zufuhr neuer Giftmengen und dadurch, daß wir die Nahrungszufuhr durch quantitative Beschränkung mit den physiologischen Bedürfnissen des Körpers in Einklang zu bringen suchen, die Ausfuhr der alten Gifte mit der Zeit zu veranlassen, so ist der Erfolg dieser Diät zur Heilung eingewurzelter Krankheiten doch ein nur langsamer. „Eine diätetische Behandlung“ bei der Epilepsie z. B. „von weniger als 12, 18 oder 24 Monaten verlohnt sich nicht der Mühe“ sagt Haig. Außerdem bestehen auch noch andre Schwierigkeiten. Infolge der langen Gewöhnung an eine

falsche Diät ist der Übergang zu der neuen Nährweise nicht ohne Beschwerden; der Organismus muß sich einerseits an die Verarbeitung der neuen Kost gewöhnen, andrerseits können im Anfange dieser Diät Steigerungen der bestehenden Krankheitssymptome, Zunahme der Bleichsucht, deprimierte Gemütsstimmung auftreten, was die meisten Menschen davon abhält, einen durchgreifenden Versuch mit dieser Diät zu machen. Die Mehrzahl der Kulturmenschen ist nicht zu einem derartigen Energieaufschwung, wie sie diese Diät wenigstens im Beginn verlangt, zu bewegen.

Entgiftung durch das „Naturheilverfahren".

Auf die schnellere Ausscheidung der Gifte durch die Einwirkung von Wasser, Luft, Licht, Wärme und Bewegung in Verbindung mit einer mehr oder minder harnsäurefreien Diät zielen die verschiedenen Maßnahmen des „Naturheilverfahrens" ab. Die Erfolge dieser Methode sind ja bekannt, doch ebenso, daß auch sie in vielen schweren Krankheitsfällen, z. B. der Neurasthenie oft nur geringe Erleichterung, nicht aber erhoffte Genesung bringen. Teilweise wirkt z. B. die Hydrotherapie mit ihren kalten Prozeduren auch nur als ein Stimulans, indem sie die Harnsäure ebenfalls nur in die Gewebe zurückdrängt. Dies erklärt uns, warum oft die günstige Wirkung einer mehrwöchentlichen Badekur so schnell wieder verblaßt.

Sonstige Heilmethoden.

Auch der Aderlaß, die Sauerstoffkur, die Kräuterkuren und die vielen Bade- und Brunnenkuren arbeiten alle nach dieser Richtung hin, und jede dieser Behandlungsmethoden hat große Erfolge aufzuweisen. Aber langsam geht es, wenigstens in



eingewurzelten Krankheitsfällen, mit ihnen allen, und eine völlige Säuberung des Körpers von den Stoffwechselprodukten ist mit denselben nur selten zu erreichen. So muß daher sehr häufig das Mühen um Wiedergesundung als eine wahre Danaïdenarbeit erscheinen, die den Mut und die Kräfte vorzeitig erlahmen läßt.

Heilverfahren Schroths.

Hier tritt nun bis zu einem gewissen Grade ausgleichend und oft schneller als alle andern Heilmethoden zum Ziele führend das Schrothsche Verfahren in sein Recht.

Kapitel IV.

Die Schrothsche Kur. Erscheinungen bei derselben und Erklärung ihrer Wirkung.

Die vier Faktoren der Kur.

Die Schrothsche Kur setzt sich aus vier verschiedenen Faktoren zusammen: 1. aus feuchter Wärme, 2. einer möglichst eiweißarmen Nahrung, 3. aus der Verminderung der Flüssigkeitszufuhr, und 4. der periodischen Verabreichung bestimmter Mengen eines leichten Weines.

Feuchte Wärme.

Die feuchte Wärme kommt durch Einhüllungen in feuchte Leinentücher, wollene Decken und Federbetten zustande. Diese Packungen können partielle sein, indem sie sich nur auf den leidenden Körperteil erstrecken, oder aber sie ziehen als Dreiviertel- oder Ganzpackungen den größten Teil der Körperoberfläche in ihr Bereich. Meistens werden diese Packungen des Nachts verabreicht und zwar in der

Dauer von 3 bis 8 Stunden. Der Patient soll darin entweder gut in Schweiß oder doch wenigstens in regelrechtes Dünsten gelangen. Nach der Einpackung wird eine meistens trockene Abreibung gegeben. Dann verbleibt der Patient noch einige Zeit im warmen Bett.

Der zweite wesentliche Faktor der Kur ist die Diät. Dieselbe ist eine sehr einfache und eintönige, und mancher mag wohl deshalb schon vor der Kur zurückschrecken. Sie besteht in der Hauptsache aus trockenen, mindestens einen Tag alten Semmeln, und der alte Schroth beschränkte sich anfänglich für die ganze Kurdauer darauf. Seine Nachfolger haben jedoch die alleinige Semmelkur als zu angreifend verworfen und zu Mittag wenigstens an einigen Tagen der Woche sogenannte Trockengemüse eingeführt und zwar entweder dicke Suppen oder dick eingekochte Breie aus Hafer, Gries, Graupen, Reis, Sago, Hirse und Kartoffeln, während jedoch für die andern Tageszeiten ganz nach Belieben und nach Appetit die trockenen Semmeln die einzige Nahrung bilden. Mit den Semmeln haben die erlaubten Gerichte das gemeinsam, daß sie alle nur sehr wenig Eiweiß, d. h. stickstoffhaltige Nahrung, dafür aber sehr viel Stärkemehl enthalten. Die krankhaften Ablagerungen sind nun hauptsächlich stickstoffhaltiger Natur. Infolge der Einschränkung des Stickstoffes in der Nahrung wird der Körper, der zum Ersatz der verbrauchten Zellsubstanz Stickstoff benötigt, gezwungen, diese Schlacken in den Stoffwechsel hineinzuziehen, das Brauchbare davon für seine Zwecke zu verwenden,

Kurdiät.

und fahler; die Wangen fallen ein, und das Gesicht bekommt ein charakteristisches, elendes Aussehen.

Appetit. Oft schwindet auch für längere oder kürzere Zeit der Appetit; trotz der geringwertigen Nahrungsaufnahme schmecken weder die Semmeln noch die Breie, und es kommt tagelange Enthaltung von jeder Nahrung vor. Demzufolge fühlt sich der Patient sehr bald matt und müde, körperliche Arbeit und Anstrengung kann er nur in geringem Maße vollführen. Größere Anstrengungen, wie Bergtouren usw. sind daher während der Kur verboten, während langsames Spazierengehen und Aufenthalt in freier Luft nur dienlich sein kann. Allerdings ist warme Bekleidung dabei notwendig, da der Kranke während dieser Kur Temperaturschwankungen stärker als vorher empfindet und mehr zum Frösteln neigt. Auch die geistige Regsamkeit läßt nach, man ist zu träge, irgend eine geistige Beschäftigung zu ergreifen, selbst leichte Lektüre wird dem Patienten zeitweilig zuviel. Reizbarkeit und Verstimmung treten auf, und der Patient ist leicht geneigt, die Kur aufzugeben, besonders dann, wenn er diese Kur in der Häuslichkeit macht, und Bekannte und Verwandte ihm wegen seines schlechten Aussehens aus Unverstand Vorhaltungen machen. In einer Heilanstalt wird ihn das gleiche Schicksal der Leidensgefährten und der ständige Zuspruch des Arztes viel leichter zum Ausharren veranlassen.

Steigerung in den Ausscheidungen. Parallel mit all diesen Erscheinungen geht eine deutliche Steigerung in der Tätigkeit der Ausscheidungsorgane vor sich. Zunächst tritt in den feuchten nächtlichen Packungen eine vermehrte

Hautausdünstung ein. Im ersten Moment hat der Patient durch Berührung der äußeren Haut mit den kalten feuchten Leinentüchern ein intensives Kältegefühl, welches jedoch sehr bald nach einiger Zeit durch ein angenehmes Wärmegefühl abgelöst wird. Gleichzeitig beginnt die Haut gierig aus den feuchten Tüchern die Feuchtigkeit aufzusaugen und im Austausch hierfür die schlechten Bestandteile des Blutes an dieselben abzugeben. In den ersten Tagen, bei vollsaftigen und korpulenten Personen auch noch längere Zeit, sehen wir in den Packungen einen intensiven Schweißausbruch sich einstellen. Jedenfalls sind nach dem Auspacken die feuchten Leinentücher mit Abfall- und Krankheitsstoffen vollgesogen, wie sich durch den unangenehmen, ja oft penetranten Geruch dieser Tücher genügend kundgibt. Auch in den verschiedenartigsten Ausschlägen und Furunkeln kann sich die Ausscheidungstätigkeit der Haut äußern. **Hauttätigkeit.**

Mit am hervorstechendsten sind die Absonderungen der Nieren. Der Urin wird sehr bald dunkler, sein spezifisches Gewicht steigt ganz erheblich, und es zeigen sich nach längerem Stehenlassen bedeutende Niederschläge von den verschiedensten Farben. Besonders ist es das bekannte rötliche Ziegelmehlsediment, welches in der Hauptsache aus harnsauren Salzen besteht, das sich fast regelmäßig in mehr oder minder starkem Grade bildet und den guten Verlauf der Kur anzeigt. Es ist ganz erstaunlich, in welchen Massen sich diese Bodensätze im Verlaufe der Kur bilden, um erst mit den Wochen an Intensität abzunehmen. Auch die Vermehrung **Beschaffenheit des Urins.**

der Phosphate im Urin zeigt den gesteigerten Stoffwechsel an. Mit der fortschreitenden Kur nehmen diese Bodensätze an Menge ab, setzen oft periodenweise ganz aus, um schließlich auch trotz strengster Kur nicht mehr aufzutreten. Parallel damit geht die Verminderung in der Ausscheidung von Harnsäure und Phosphaten. Gleichzeitig nimmt der Urin eine helle strohgelbe Farbe an und ist von völlig klarer durchsichtiger Beschaffenheit ohne die geringsten Spuren eines Niederschlages oder einer wolkigen Trübung selbst nach 24 Stunden langem Stehenlassen, was ein Zeichen ist, daß eine völlige Reinigung des Körpers eingetreten ist, oder daß doch wenigstens in den oberflächlichen, von dem Blute durchspülten Geweben keine lösbare Harnsäure oder sonstigen Krankheitsstoffe vorhanden sind.

Tätigkeit der Schleimhäute.

Zungenbelag.

Wie Haut und Nieren, so arbeiten auch die Schleimhäute. Die Zunge bedeckt sich mit einem dicken zähen Belag. Derselbe besteht aus sich abstoßenden Schleimhautdeckzellen und aus abgestorbenen mit Stoffwechselprodukten beladenen weißen Blutkörperchen. Die Schleimhaut der Zunge nimmt oft die verschiedensten Farben, grau, gelb, braun, ja sogar schwarz, an, letzteres besonders in den Fällen, in welchen vorher viel mediziniert worden war; und es scheinen hauptsächlich die metallischen Medikamente zu sein, welche solche Farbenreaktion auf der Zunge hervorrufen. Wenigstens beobachtete ich dieselbe bei Patienten, die zuvor viel Quecksilber, Jod und auch Wismut zu sich genommen hatten. Mit sich einstellendem Zungenbelag ver-

mindert sich gewöhnlich auch der Appetit, ein Zeichen, daß in der Magenschleimhaut ähnliche Vorgänge Platz greifen, und daß infolge der durch die Kur hervorgerufenen oder gesteigerten Collaemie in den Gefäßen der Magendarmwandungen die Verdauung und Aufsaugung der Nahrung sehr erschwert, wenn nicht ganz unmöglich geworden ist. Die zunehmende Säuberung des Körpers bringt aber auch ein Verschwinden dieses Zungenbelags und Hervortreten einer intensiv roten Farbe aller Mundschleimhäute hervor, was gleichzeitig, da in entsprechender Weise die Zirkulation in den Lymph- und Blutgefäßen des gesamten Verdauungskanals eine freiere geworden ist, mit einer Steigerung des Appetits einhergeht. Auch die Schleimhäute der Nase und der sonstigen Atmungswege beteiligen sich an dieser Ausscheidungstätigkeit, wofür ein massenhafter dicker zäher gallertartiger Auswurf von oft grünlich eitrigem Aussehen und üblem Geruch das sichtbare Zeichen ist. Auch auf diesem Wege betätigt sich der Ausspruch Schroths: „Ohne Reinigung keine Heilung.“ **Appetitverminderung.**

Selbst der Stuhlgang kann krisenartig gesteigerte Entleerungen aufweisen und diarrhoeartigen, schleimigen Charakter annehmen. Oft tritt jedoch eine längere Zeit dauernde Verstopfung ein, welche aber endlich normalen Entleerungen Platz macht. **Stuhlgang.**

Diese Kur hat also die Wirkung, die Krankheitsstoffe zu lockern, aufzurütteln, dieselben in den Blutkreislauf zu bringen und die Ausscheidungsorgane in so gewaltiger und energischer Weise anzuregen, wie dies keine andere Kur vermag. Ge- **Wirkung der Kur.**

rade die Schrothsche Kur ist ein zwingender und packender Beweis, daß es sich bei den meisten chronischen Krankheiten um eingedickte, an den verschiedensten Körperstellen abgelagerte Stoffwechselprodukte, sagen wir ruhig Krankheitsstoffe, handelt, welche durch die Kur erst wieder in Fluß gebracht werden. Denn alle diese erwähnten Erscheinungen sehen wir nicht nur bei solchen Patienten eintreten, die einen schwerkranken und hinfälligen Eindruck machen, sondern auch blühend und gesund aussehende Menschen, die sich, abgesehen von einem leichten Rheumatismus und sonstigen geringfügigen Beschwerden, gesund und kräftig fühlen, weisen die geschilderten Symptome, wenn natürlich auch oft in nur geringerem Grade auf. Die abgelagerte und durch die Kur gelockerte Harnsäure wandert nämlich nun ins Blut, blockiert hier die kleinsten Gefäße, so daß dadurch die charakteristischen Erscheinungen der Collaemie Haigs, wie Kältegefühl, Mattigkeit, schlechte Verdauung, Nachlassen des Appetits usw. in gesteigertem Maße hervorgerufen werden können. Nirgendwo anders kann man so schnell und gründlich den Einfluß der Harnsäure auf die Blutbeschaffenheit studieren. Die vorher gesund und rot aussehende Haut weist nach kurzer Zeit jene blasse, ja in schweren Krankheitsfällen oft gelblich grüne Farbe auf, wie sie sonst nur der Bleichsucht eigen ist, und wie dies hier nach Haig eben durch die Überschwemmung des Blutes mit Harnsäure bedingt ist. Dadurch ist gleichzeitig ein Gefühl von Mattigkeit, geistiger Depression und von Kälte besonders in den Extremi-

Lockerung der Krankheitsstoffe.

Wanderung der Krankheitsstoffe ins Blut.

täten bedingt, wie uns das alles von Haig zur Genüge beschrieben ist, und wie wir das auch auf Schritt und Tritt im täglichen Leben beobachten können.

Vorwurf, daß vorstehende Schilderung zu abschreckend.

Anläßlich dieser Schilderungen der Kurerscheinungen in früheren Auflagen dieser Broschüre ist mir verschiedentlich von Patienten, die sich bei mir der Kur unterwarfen, der Vorwurf gemacht worden, ich hätte die Kur als zu unangenehm und zu schwer hingestellt, so daß mancher dadurch von der Durchführung der Kur abgeschreckt würde, während doch die unter der Kur auftretenden Symptome gar nicht so schlimm wären und die Entbehrungen sich auch leicht ertragen ließen. Darauf ist zu erwidern, daß natürlich nicht alle geschilderten Vorgänge sich schematisch bei einem jeden Patienten und zwar stets immer in gleich starkem Maße einstellen müssen. Das ist natürlich vollkommen individuell. Bei dem einen treten mehr diese Symptome in den Vordergrund, bei dem andern jene. Der eine macht die Kur fast ohne große Schwierigkeiten durch, während der andre unter den Anforderungen der Kur mehr zu leiden hat. Demgegenüber halte ich es für gut, der Patient ist von vornherein über alle möglichen Wechselfälle der Kur orientiert. Er wird dann wenigstens durch die Kur nicht enttäuscht und wird dieselbe nicht aus Furcht in der Mitte abbrechen, sondern auch ihre Unannehmlichkeiten zu ertragen bereit sein. Kommt es nicht so schlimm, so ist es um so besser, und der Patient wird sich freuen, daß die Kur leichter ist, als er sich nach dieser Beschreibung vorgestellt hatte.

Welche Rolle spielt der Wein in der Kur?

Gerade durch die Hinzunahme der Haigschen Anschauungen werden wir auch über die Rolle klar, welche der Wein in diesem Heilverfahren spielt. Der Alkohol sowohl als auch die Säure des Weines haben die Eigenschaft, die Harnsäure in das Innere des Körpers zurückzutreiben, das Blut davon frei zu machen und dadurch die Collaemiebeschwerden in ihr Gegenteil zu verwandeln; die Mattigkeit, das Kältegefühl, die Depression und Hoffnungslosigkeit verschwinden, um an ihre Stelle Kraft- und Wärmegefühl und Hoffnungsfreudigkeit treten zu lassen.

Alkoholgenuß im gewöhnlichen Leben.

Durch diese Eigenschaft des Alkohols ist ja im täglichen Leben das allgemeine Verlangen nach Spirituosen und andern ähnlich stimulierend wirkenden Getränken bedingt. Denn das unter der Einwirkung einer kollämischen Zirkulation stehende Gehirn wird von der Misere des täglichen Lebens oft übermäßig niedergedrückt, und instinktiv greift der Mensch nach Mitteln, welche den Kreislauf im Gehirn von der Harnsäure klären und damit gleichzeitig dem Geiste die Außenwelt mit ihren vielen Unannehmlichkeiten und Sorgen in einem viel heiteren Lichte erscheinen lassen.

Wenn also in der Schrothschen Kur durch die Wirkung der Trockendiät und der Einpackungen das Blutgefäßsystem mit Harnsäure überfüllt ist und dadurch alle jene den Patienten bedrückenden Erscheinungen der Collaemie hervorgerufen worden sind, so wird dieser Zustand durch den Genuß von Wein für eine Zeitlang aufgehoben. Die Harnsäure wird aus ihrer halbgelösten kolloiden Form wieder

in die festere Form übergeführt und in die Organe zurückgedrängt, und damit wird das Blutröhrensystem wieder frei; das Blut fließt unbehindert durch das ganze Kanalsystem hindurch und versieht Gehirn, Nerven, Muskel und alle Organe mit neuer Nahrung, ein angenehmes Wärmegefühl macht sich geltend, die Kraftlosigkeit und Verstimmung weichen, der Patient bekommt wieder neuen Mut zu der Kur und neue Hoffnung auf Erfolg derselben. Durch den Weingenuß wird also der Ausscheidungsprozeß für eine Weile unterbrochen, und wir haben das gleichzeitig auftretende Gefühl des Wohlbefindens als eine zweckmäßige Erholungspause aufzufassen, die den Körper befähigt, dem folgenden neuen Ansturm der Harnsäure, der neuen Überflutung des Kreislaufes mit derselben standzuhalten. Alle Schrothpatienten bestätigen daher auch selbst, daß ohne Wein die Kur viel schwerer, wenn nicht gar unmöglich sei.

Trinktage sind Erholungstage.

Nun möchte sich wohl mancher, der da weiß, daß ihm im gewöhnlichen Leben jeglicher Alkoholgenuß schadet und Kopfschmerzen und Unbehagen bereitet, gerade des Weines wegen vor der Schrothschen Kur fürchten. Doch ganz mit Unrecht. Denn gerade während der Kur hat ein reiner unverfälschter Wein in mäßigen Mengen langsam getrunken absolut nicht jene nachteilige Wirkung, der Kopfschmerz bleibt aus ebenso wie der Kater am nächsten Tage. Auch ich, der ich für gewöhnlich völlig abstinent bin, hatte diese erwähnte Wirkung des Alkohols erwartet und war angenehm überrascht, daß ich nicht nur ein oder zwei Glas, sondern sogar

Die nachteilige Wirkung des Alkohols bleibt aus.

größere Mengen des Weines gut vertragen konnte. Selbst wenn ich am Abend eines Trinktages die Wirkung des Alkohols etwas verspürte, so war am nächsten Morgen nicht die geringste Nachwirkung zu merken. Einerseits verbrennt der Alkohol infolge des gesteigerten Stoffwechsels sehr schnell im menschlichen Körper, er verpufft wie ein auf einen heißen Stein gegossener Wassertropfen, andrerseits treten die nächtlichen feuchten Packungen regulierend und ausscheidend ein, so daß die schädlichen Bestandteile schnell wieder aus dem Körper herausgebracht werden.

Ersatz des Weins durch Obstsäfte.

Obwohl also der alkoholhaltige Wein die Kur erleichtert, so stehe ich nicht auf dem Standpunkt. daß solcher nun unter allen Umständen anzuwenden sei. Handelt es sich um abstinente oder sehr nervöse Patienten, die eine unüberwindliche Abneigung gegen alkoholhaltige Getränke haben, so lasse ich den Wein durch alkoholfreie Getränke, meistens Obstsäfte, ersetzen. Die Flüssigkeitszufuhr kann man natürlich auch mit ihnen durchführen und die in ihnen enthaltenen Fruchtsäuren vermögen ebenfalls, wenn auch nicht in gleich starkem Maße wie Alkohol, die Collaemie zeitweilig einzudämmen und so eine Erholungspause zu schaffen.

Wirkung des Alkohols auf das Herz.

Doch der Alkohol soll ja für das Herz äußerst schädlich sein, und da so sehr viele Menschen ein schwaches Herz, ein erweitertes Herz, ein Herz mit verdickten Wandungen haben, so ist für diese die Kur nicht ratsam, so werden viele Laien und noch mehr Ärzte einwenden. Gewiß ist es richtig, daß im gewöhnlichen Leben der Alkohol, dauernd

genossen, außer vielen andern Schädigungen auch solche des Herzens bedingen kann, und soll von mir hier alles andre geschehen, als dem gewohnheitsmäßigen Alkoholgenuß das Wort zu reden. Im Gegenteil, ich halte im allgemeinen die Alkoholabstinenz für alle gesundheitlich nicht ganz taktfesten Personen für notwendig und für die völlig gesunden wenigstens für empfehlenswert. Aber in Verbindung mit den übrigen Faktoren der Schrothschen Kur ist die Wirkung des Alkohols doch eine andre als im gewöhnlichen Leben, und es kommt hier in erster Linie nicht sein schädigender Einfluß, sondern vielmehr die wohltuende Wirkung zur Geltung, welche der Alkohol auf gewisse durch die einfache Diät und Flüssigkeitsentziehung veranlaßte Zustände zu entfalten vermag.

Entlastung des Herzens.

Schon die Trockenkost an und für sich hat den gewaltigsten Einfluß auf das Herz und das Blutgefäßsystem. Zunächst ist die Diät eine äußerst reizlose; es fehlen derselben die täglichen Reizmittel wie Gewürze, Bouillon, Fleisch, Kaffee, Tee usw., es wird also dieser tägliche und für das Herz schädliche Faktor ausgeschaltet. Sodann aber wird das Herz durch die Abnahme der Flüssigkeitszufuhr in ganz gewaltiger Weise entlastet. Da aber durch die Flüssigkeitsentziehung das Blut bald eingedickt wird, so tritt ein schnellerer Flüssigkeitsaustausch zwischen dem dünneren, die Organe, Gewebe und Zellen durchtränkenden Gewebswasser und dem dickeren Blute ein, die Diffusion zwischen Gewebe und Blut ist von ersterem zum letzteren eine energischere.

Saugtätigkeit des Herzens.

Unterstützt wird diese Diffusion durch die infolge der Druckentlastung größer gewordene Saugkraft des Herzens. Dasselbe pumpt gewissermaßen wie eine Saugpumpe die Gewebe aus und zieht auf diese Weise gleichzeitig eingedickte und der Zirkulation und damit dem Verbrennungsprozeß entzogene Stoffwechselprodukte aus ihrer ruhenden Lage heraus und führt sie in die Lymph- und Blutwege über. Diese Schlacken werden hier, wo die Flamme des Lebens am hellsten und lebhaftesten brennt, von letzterer ergriffen und, sofern sie der Oxydation noch fähig sind, in noch weitere Endprodukte zerlegt, um schließlich an die Ausführungsorgane zur Ausscheidung aus dem Körper abgegeben zu werden. Im Blute selbst sind diese Stoffe aber nicht in der festen Beschaffenheit wie vorher in den Geweben vorhanden, sondern sie nehmen jene halbgelösten gallertartigen Formen an, welche das Blut gewissermaßen zähflüssig und einem mit schmutzigen von allerlei Abfallstoffen durchsetzten Wasser eines Kanalsystems vergleichbar machen.

Durch diese Überfüllung des Blutes mit Schlacken tritt nun wieder eine Mehrbelastung des Herzens durch Erhöhung der Widerstände im Kreislauf sowie eine Reizung des Herzmuskels und der Herznerven durch die im Blut kreisenden Gifte ein, und es kann dadurch besonders bei irgendwelchen Herzkrankheiten eine Irritierung dieses Organs die Folge sein, zumal wenn etwa in unverständiger Weise durch körperliche Überanstrengung dem Herzen eine für seinen Zustand zu große äußere Arbeit zugemutet wird. Hier tritt der Wein insofern regu-

lierend ein, als er mit einem Schlage den Kreislauf von den Schlacken befreit, indem er dieselben einerseits in die Ausscheidungsorgane drängt, andrerseits sie in die Gewebe zurücktreibt. Damit verschwinden auch dann sofort alle etwa von seiten des Herzens eingetretenen Beschwerden. Die in diesen Zuständen günstige Wirkung des Alkohols überwiegt die Schädigungen, welche der Alkohol selbst als nachteiliger Reiz auf Nerven und Muskel auszuüben imstande ist.

Harnsäureaufspeicherung durch Alkohol.

Beim alltäglichen gewohnheitsmäßigen Alkoholgenuß hält derselbe ja auch und zwar in nicht erwünschter Weise die Harnsäure zurück und bedingt ihre allmählich zunehmende, zu Gicht, Rheumatismus, Arteriosclerose und Schlaganfällen führende Aufspeicherung.

Hier soll nur der Ausscheidungsprozeß zeitweilig in für den Organismus notwendiger Weise gehemmt werden. Denn die Harnsäure bleibt ja nicht lange in den Organen liegen. In diesen mehr oder minder ausgetrockneten Geweben tritt vielmehr durch die mit dem Weingenuß sich steigernde Wasserzufuhr eine neue Durchtränkung mit Flüssigkeit ein, welche infolge der nun wieder einsetzenden Trockenperiode von neuem von einem umgekehrten zum Blute gewandten Saftstrome gefolgt ist. Durch diese beständig wechselnde Zirkulation in den Organen werden diese gründlich durchspült, es werden ihnen alle aufgestapelten Abfallstoffe durch die Saugkraft des Herzens entzogen, dessen Tätigkeit man durch die zweckmäßige Verabreichung von Wein und andern Flüssigkeiten genau regeln kann.

Wechsel in der Zirkulation.

Reinigung des Herzmuskels. Auch im Herzen selbst spielen sich alle diese erwähnten Vorgänge in gleicher Weise ab, und so wird auch dieses Organ von allem Rost und allen Schlacken befreit, welche seine Tätigkeit zu hindern imstande sind.

Entfernung der Widerstände im Kreislauf. Vor allen Dingen werden aber jene gewaltigen Widerstände im Kreislauf, die dem Herzen unnütze Arbeit aufbürden, und die es schließlich bei jahrelangem Bestehen zur vorzeitigen Erlahmung, Erweiterung und Vergrößerung bringen, ausgeschaltet. Ich habe schwere Herzvergrößerungen durch die Schrothsche Kur um ganz bedeutende Grade zurückgehen sehen.

Beruhigung der Herztätigkeit. Die wohltuende Wirkung dieser Kur auf die Herztätigkeit zeigt sich auch darin, daß unter der Kur sehr bald die Herztätigkeit sich beruhigt, die Herzschläge kräftiger und langsamer werden. So sah ich unter der Kur die Pulsschläge von 100 auf 70, von 80 auf 50 und noch weniger in der Minute zurückgehen. Bei mir selbst, der ich für gewöhnlich nur 60 Pulsschläge in der Minute habe, ging diese Zahl während der Kur sogar bis auf 36 herunter. Dies alles bedeutet für das Herz eine nicht unwesentliche Ruhepause in seiner steten rastlosen Arbeit*).

Die diätetische Digitalis. Die Eigenschaft der Kur, den Herzschlag, der

---

*) Über die Anwendung der Schrothschen Kur bei Herzkrankheiten orientiert ferner: „Kles, Herzkrankheiten und ihre Behandlung durch die Diätetische Heilmethode. Verlag der Diätetischen Heilanstalt (H. Dittmar) in Dresden-A. Preis 1 Mk. 50 Pf.

bei vielen Herzkranken unregelmäßig ist und häufig aussetzt, wieder vollkommen regulär und normal zu gestalten, verdient die höchste Beachtung des Arztes. Man kann aus diesem Grunde die Schrothkur die diätetische Digitalis nennen, deren Wirkung aber oft genug selbst da nicht im Stich läßt, wo die der arzneilichen Digitalis versagt. Und doch gilt schon das Kraut des Fingerhuts (Digitalis purpurea) als eines der großartigsten und zuverlässigsten Mittel im Arzneischatz der Allopathen, so daß man, wenn man sieht, wie sie die Herzschwäche mit all ihren quälenden Symptomen behebt, bei ihr oft von einer zauberhaften Wirkung zu reden sich veranlaßt fühlt. Diese ihre Wirkung ist darauf zurückzuführen, daß sie einerseits den Herzmuskel zu gleichmäßiger kräftiger Arbeit anspornt, daß sie aber andrerseits auch den Kreislauf beeinflußt und gleich allen andern Reizmitteln ihn von der Harnsäure klärt, welch letztere sie in den Geweben aufspeichert. Die Folge hiervon ist, daß das Blut wieder unbehindert zirkulieren kann, und daß damit gleichzeitig die die Herztätigkeit hemmenden abnormen Widerstände im Kreislauf vermindert oder ganz ausgeschaltet sind. Aber mit dieser Aufstapelung der Harnsäure durch die Digitalis und andre Reizmittel ist die primäre Ursache der Zirkulationsstörung nicht beseitigt, sondern sogar noch durch die ständig zunehmende Vergrößerung der Harnsäuredepots vermehrt. Zwar dauert diese Zurückhaltung der Harnsäure oft eine geraume Zeit, aber doch nicht ewig. Denn ein jedes Gefäß muß durch stetes Nachfüllen einmal überlaufen.

Wirkung von Digitalis.

Die Folgen beständiger Stimulation.

„Unglücklicherweise wird nämlich bei der mangelhaften Zellenernährung im hohen Alter“ — hier folge ich den eignen Worten Haigs — „die Stimulation immer schwieriger; dann müssen vielleicht Alkohol, Morphium und Cocain zu Hilfe gerufen werden, um das Feuer bei lebhafter Flamme zu erhalten; zuerst mit Erfolg, später werden auch diese Stimulantien, selbst in größeren Dosen, wirkungslos, und zuletzt kommt der Zusammenbruch und das Ende.

Der Stoffwechsel sinkt endlich immer tiefer und damit bricht die lange angehäufte Ablagerung der Urate ihre Dämme, stürzt sich in überwältigender Flut in den Kreislauf und vollendet den Ruin. Der Kreislauf, die Zellernährung und die organischen Funktionen werden fast unmöglich gemacht, und das physiologische Wrack wird der dringenden Gefahr des Untergangs ausgesetzt.

Entgeht es den stets drohenden Klippen der Gehirnblutung, so vermag es noch einige Jahre des Unbehagens und Elends mit hohem Blutdruck und chronischer Nierenentzündung weiter zu treiben, um entweder mit Urämie oder Herzschlag zu enden.“

Wirkung der Schrothkur bei Kreislaufstörungen.

Durch ein streng diätetisches Verfahren, wie es das Regime Schroths darstellt — ja selbst absolutes Fasten ist hier oft angezeigt —, wird die Harnsäureansammlung nicht vergrößert, sondern vermindert und damit der Hauptquelle der schweren Kreislaufstörungen das Wasser abgegraben. Die schnelle Wirkung bei den letzteren ersieht man daraus, wie in relativ kurzer Zeit die gerade in solchen Fällen äußerst qualvollen Symptome ge-

mildert oder ganz beseitigt werden. Die Herzangst und -Unruhe lassen nach, die Atemnot und Brustbeklemmungen verschwinden; es ist dem Patienten, der vorher oft wochenlang nur im Lehnstuhl sitzend mit einigen Minuten eines wenig erquickenden Schlafes zufrieden sein mußte, nunmehr wieder möglich, die Nacht im Bett zuzubringen und lang ersehnte, erfrischende Ruhe zu finden. Gleichzeitig wird der von Schwermut umdüsterte Geist wieder freier und fröhlicher und schließlich schwinden auch die äußerlichen Zeichen, die wassersüchtigen Schwellungen. Und das alles tritt oft genug in den Fällen ein, die vorher nur unter Anwendung aller möglicher Medikamente und Herzreizmittel ein höchst jämmerliches Dasein fristeten und einem äußerst qualvollen Ende entgegensahen. Je eher aber den beginnenden Kreislaufstörungen entgegengetreten wird, um so günstiger ist es. Denn man kann wohl, um mit Haig zu reden, mit der Befreiung des Organismus von der Harnsäure das Feuer löschen, aber die bereits angerichteten Zerstörungen wieder gutzumachen, ist nur im allergeringsten Grade, meistens aber gar nicht mehr möglich.

Ärztliche Kontrolle.

Selbstverständlich bedarf das Herz ebenso wie der ganze Organismus bei der Kur einer genauen ärztlichen Kontrolle, und deshalb soll die Kur nur unter solchen Verhältnissen ausgeführt werden, wo diese Vorbedingung hinreichend erfüllt ist. Allerdings sind die Kreislaufstörungen, die einzig und allein auf einem Herzfehler beruhen, meistenteils von der Schrothschen Kur ausgeschlossen, da es sich hierbei um rein mechanische Störungen handelt,

die selbst die Schrothsche Kur nicht beeinflussen kann.

Besteht Gefahr durch die Kur ein Trinker zu werden?

Tauscht man aber als Danaergeschenk für die wiedererlangte Gesundheit nicht die verhängnisvolle Neigung zum Alkoholgenuß ein, da man doch wochenlang nichts andres als Wein getrunken hat, und letzterer einem stets als ein wahres Labsal erschienen ist? Auch diesen Einwand kann ich entkräften. Wenn man nach Beendigung der Kur zu einer vernünftigen Lebensweise zurückgekehrt ist, so läßt das sehnsüchtige Verlangen nach Wein sofort nach, da man seinen Durst zur Genüge mit Getränken, die keinen Alkohol enthalten, stillen kann. Ja sehr häufig zeigt sich schon gegen Ende der strengen Kur ein wahrer Widerwille gegen den Wein; man möchte alles andre lieber trinken als diesen. Ich selbst habe nach der Kur dieselbe Abneigung gegen den Alkohol empfunden wie vor derselben.

Heilung von Trinkern durch die Schrothkur.

Die Alkoholiker können sogar durch diese Kur von ihrem krankhaften Verlangen nach Alkohol befreit werden, weil der hohe Harnsäuregehalt des Blutes, der ja nach Haig eine der Ursachen des Verlangens nach Stimulantien ist, abgenommen hat, zumal wenn diese Patienten nach der Kur zu einer verständigen vegetarischen oder vielmehr harnsäurefreien Ernährung übergehen, welche auch für die Zukunft die weitere Entspeicherung des Körpers von der Harnsäure bedingt und vor allen Dingen dem Körper keine neuen Harnsäuremengen zuführt.

Einwand der Unterernährung.

Ferner ist der Einwand, daß durch die mehrwöchentliche Unterernährung — denn eine solche

stellt die Schrothsche Kur in der Tat dar — der Mensch leicht dem Verhungern ausgesetzt wird, zu beachten. Darauf ist zu erwidern, daß das Verhungern nicht so schnell vor sich geht, wie man sich das wohl im allgemeinen vorstellt, daß dazu vielmehr Wochen und Monate gehören. Allerdings das heutige Regime in der Krankenbehandlung besteht ja in der Zuführung möglichst kräftiger und eiweißreicher Kost, um die Geschwächten bei Kräften zu erhalten. Mit welchem Erfolge dies geschieht, dafür bietet das tägliche Leben Beispiele in großer Zahl. In einem merkwürdigen Gegensatz dazu steht die Tatsache, daß fieberhaft Kranke, z. B. Typhuspatienten, wochenlang mit der geringsten Nahrung auskommen, und daß dieselben sich nach Beendigung der Krankheit sehr schnell erholen. Ferner beweisen uns die Experimente der Hungerkünstler (Dr. Tanner, Succi usw.), daß der Mensch ganz bequem 30 bis 40 Tage ohne jegliche Nahrung leben kann, ohne danach zu erkranken oder entkräftet zu bleiben.

Dr. Deweys Fastenkuren.

Ein ganz gewaltiges, aus eigner praktischer Erfahrung stammendes Material ist nach dieser Richtung von dem amerikanischen Arzt Dr. Dewey zu Meadville in Pennsylvanien gesammelt worden, welcher alle akut Kranken und dann auch von den chronisch Kranken diejenigen, welche über Appetitlosigkeit klagen, mit völliger Nahrungsentziehung behandelt und zwar so lange, bis sich ein natürlicher gesunder Appetit einstellt, was nach einigen Tagen, oft aber auch erst nach mehreren Wochen der Fall sein kann. So lesen wir in seinen Schriften — und Erfahrungen in eigner Praxis haben mir die

Möglichkeit hiervon bestätigt —, daß er chronisch Kranke nur zu ihrem Vorteil ohne jegliche Nahrung 40 bis 50, ja sogar bis 65 Tage belassen hat. Mit dem sich dann einstellenden Appetit waren auch gleichzeitig die Krankheitsbeschwerden vermindert oder ganz verschwunden, und der Wiederaufbau der Körpersubstanz ging in überraschend kurzer Zeit vor sich.

Erklärung der Fastenkuren.

In der Fastenperiode lebt der Körper oder vielmehr das Gehirn und das übrige Nervensystem, welche als alleiniger Sitz des Lebens hier in Betracht kommen, sowie das nach dem Gehirn am meisten lebenswichtige Organ, das Herz, von dem in den Muskeln und sonstigen Organen aufgespeicherten Nahrungsmaterial, und vor allen Dingen werden die krankmachenden Stoffwechselreste gleichzeitig auf diesem Wege verarbeitet und ausgeschieden. Daß Gehirn und Herz in Fastenperioden auf Kosten der übrigen Gewebe völlig ernährt werden, geht daraus hervor, daß bei Personen, die durch Verhungern gestorben sind, oder bei Tieren, die man hat verhungern lassen, das Gewicht von Gehirn und Herz auf ihrer normalen Höhe geblieben ist, während alle anderen Organe und Gewebe, am meisten das Fettgewebe, sodann die Leber, die Milz und die Muskeln, eine gewaltige Einbuße ihrer Substanz erlitten hatten. Auf diese Weise wird aber das Gehirn durch das im Körper aufgespeicherte

Die Verdauung erfordert viel Nervenkraft.

Nahrungsmaterial ernährt, ohne für die Verdauungstätigkeit irgendwelche Nervenkraft zu verschwenden, während für gewöhnlich die Verdauungsorgane zur Verarbeitung der aufgenommenen Nahrungsmengen

eine große Summe von Nerven- oder Gehirnkraft verbrauchen; und diese ständige Inanspruchnahme der eignen Kräfte läßt das Gehirn nie zur völligen Erholung und Wiederherstellung kommen. Dr. Dewey ist daher auch überzeugt, daß alle heilbaren Leiden durch genügend lange beziehentlich wiederholte Fastenperioden geheilt werden könnten, und daß andrerseits das Verabreichen von Nahrung dann, wenn die Natur solche nicht verlangt, eine Schwächung der Nervenkraft bedeute und einem Akte der Barbarei vergleichbar sei.*)

Irrtum der medizinischen Wissenschaft.

In der Tat ist die auch heute noch bei den Ärzten fast allgemein gültige Praxis, bei Zuständen, die mit Appetitmangel verbunden sind, den Patienten ganz besonders kräftig zu ernähren und ihm durch allerlei medikamentöse und diätetische Reizmittel die fehlende Eßlust wiederzuschaffen, ja sogar ihm manchmal die Nahrung direkt aufzuzwingen, einer der größten und verhängnisvollsten Irrtümer der medizinischen Wissenschaft. Denn die in ihren Äußerungen so überaus zweckmäßige Natur deutet uns durch den Verlust des Appetites an, daß der Organismus der Nahrung zurzeit nicht bedarf, da er solche gar nicht in einer ihm dienlichen Weise verarbeiten kann. Andrerseits ist aber auch die instinktive Folge der Appetitlosigkeit, das Nichtessen, außerordentlich zweckmäßig, weil auf diese Weise die Störungen im Organismus, welche zur Appetit-

*) Weitere Mitteilungen über Fastenkuren findet man in der deutschen Übersetzung von Dewey, Fastenkuren, Berlin, Otto Salle. 1907.

losigkeit geführt haben, am schnellsten und gründlichsten beseitigt werden.

Wir müssen es daher dem einfachen Landmann Schroth Dank wissen, wenn er im Gegensatz zu den Lehren seiner Zeit den Gedanken zum Ausdruck brachte, daß die verabreichte Nahrung in akuten als auch chronischen Krankheitszuständen nicht den Kranken, sondern die Krankheit nährt und demzufolge seine überaus strengen an das Fasten des amerikanischen Arztes erinnernden Diätvorschriften gab.

Das Fasten in der Schrothkur. Denn auch seine Kur stellt eine teilweise Fastenkur dar, da die Zufuhr eiweißhaltigen Nahrungsmaterials eine sehr geringe ist. Wie schon mitgeteilt, hört zeitweise im Verlauf der Kur das Verlangen nach Nahrung oft völlig auf, und es würde dann verkehrt sein, gegen die Stimme der Natur sich zum Essen zu zwingen. Die trocknen Semmeln und Breie bürden den Verdauungsorganen nur wenig Arbeit auf. Es bedeutet daher diese Kur durch das mit ihr verbundene Fasten eine gleichzeitige Ruheperiode für die Verdauungsorgane sowohl als auch für das Gehirn, welches die für die Verdauungsarbeit notwendige Energiemenge in geringerem Maße wie gewöhnlich zu liefern hat.

Akutes und chronisches Hungern. Derartiges „akutes Hungern“, wie man das systematische strenge Fasten nennen kann, und wie es auch teilweise in der Schrothkur zur Geltung kommt, ist also — die nötige Sorgfalt vorausgesetzt — nicht nur ein relativ unschädliches Beginnen, sondern es kann auch die günstigsten Folgen für den Organismus haben. Um jedoch nicht etwa eine

falsche Meinung aufkommen zu lassen, wollen wir hier ausdrücklich betonen, daß ein chronischer Hungerzustand, wie er durch die unzureichende Ernährung armer Leute, oder durch Unterernährung infolge irrtümlich falsch zusammengesetzter Nahrung oder endlich durch die mangelhafte Aufsaugung und Verarbeitung an und für sich hinreichender Nahrung infolge ständig kollämischer Zirkulation bedingt ist, selbstverständlich zu Gesundheitsschädigungen, wie Blutarmut, Körperschwäche, unternormaler Körpertemperatur, zur Herzschwäche und zum Zusammenbruch führen muß.

Gewaltiger Einfluß der Kur.

Der Einfluß der Kur auf die sämtlichen Lebensvorgänge des Organismus ist also ein ganz gewaltiger. Der Stoffwechsel wird in der ausgiebigsten Weise gesteigert, und die Wirkung hiervon ist, daß mit zunehmender Ausscheidung der Stoffwechselreste auch eine Änderung der Krankheitserscheinungen eintritt. Die anfängliche Verschlimmerung pflegt früher oder später einer Besserung aller Erscheinungen zu weichen. Die Ausscheidungen mit dem Urin lassen nach, die Niederschläge hören ganz auf, die dunkle Farbe geht in eine hellere über, bis schließlich eine helle strohgelbe Farbe ohne Niederschläge anzeigt, daß vorläufig keine Ablagerungen mehr zur Verfügung stehen. Die belegte Zunge rötet sich wieder, die Ausscheidungen der Haut verlieren den unangenehmen Geruch, Auswurf und Stuhlgang werden normal. Mattigkeit und Verstimmung weichen körperlicher und geistiger Frische und Hoffnungsfreudigkeit.



Gefühl der Leichtigkeit. Häufig zeigt sich noch in der Kur ein solches Gefühl von Leichtigkeit und jugendlicher Elastizität, daß die Patienten zu ihrem Erstaunen zu größeren körperlichen Anstrengungen, zu weit erheblicheren Marschleistungen befähigt sind als wie vor der Kur. Ja man hört zeitweilig solche Äußerungen aus ihrem Munde, daß sie sich so leicht fühlten, als ob sie fliegen könnten. Und das alles bei einer Diät, die oft genug als „Hungerdiät“ verschrien wird, während früher, trotz aller Braten und aller möglicher Kraftmittel, der Patient sich doch ständig elend und matt und wie mit einer schweren Bürde beladen fühlte und sich jahrelang ohne rechte Lebensfreude dahinschleppte. Wenn wir uns die Haigsche Theorie und gleichzeitig die Wirkungsweise der Schrothkur vergegenwärtigen, so finden wir unschwer eine Erklärung für dies Paradoxon.

Appetit. Als erstes Zeichen der wiedererwachenden Lebensgeister stellt sich der Appetit wieder ein und macht einem starken Hunger Platz, so daß einem die einfachen Breie ganz herrlich munden und von manchem Patienten Semmel in unglaublicher Zahl vertilgt werden.

Das Körpergewicht unter dem Einfluß der Kur. Der Gewichtsverlust geht nicht mehr weiter, ja es kann sogar eine Zunahme des Körpergewichts erfolgen. So gewann ich persönlich, nachdem ich anfänglich in der Kur 9 Pfund abgenommen hatte, in der darauffolgenden Woche 1 Pfund und in der zweiten Woche darauf 4 Pfund an Gewicht trotz der Semmel- und Breidiät.

Ganz regelmäßig stellt sich aber die Gewichtszunahme unter der reichlichen normalen Diät der

Nachkur ein, und gewöhnlich ist die unter der strengen Kur erfolgte Einbuße an Körpersubstanz sehr bald wieder eingeholt. Oft genug aber hat die Fähigkeit des Organismus, sich die aufgenommene Nahrung seinen Zwecken dienstbar zu machen, so zugenommen, daß unter der Nachwirkung der Kur der Stoffansatz über das ursprüngliche Maß hinausgeht und der Patient sein ursprüngliches Gewicht bedeutend überschreitet. Dies tritt besonders in den Fällen deutlich zutage, bei denen es sich um mangelhaften Stoffansatz infolge chronischer Verdauungsleiden oder anderer die Ernährung hemmender Störungen gehandelt hat. Derjenige jedoch, welcher durch die Kur hauptsächlich sein überflüssiges Fett vermindern, der sich von der zwar Würde verleihenden aber doch lästig empfundenen und unschönen Fülle eines allzustarken Leibes befreien wollte, braucht eine derartige Nachwirkung nicht zu fürchten. Verfällt er nicht wieder in seinen alten fehlerhaften Lebenswandel, so wird er nach der Regulierung seines Stoffwechsels durch die Schrothkur unter einer verständigen Nähr- und Lebensweise sich auch schlank und leistungsfähig erhalten können.

Besserung des Aussehens.

Auffallend ist die Besserung des Aussehens unter der Kur; die eingefallenen trüben Augen blicken wieder klarer, die Wangen werden wieder voller, und die fahle graugelbe Gesichtsfarbe nimmt jene helle rosige Beschaffenheit an, ohne welche wir uns wahre Gesundheit nicht denken können. Die Harnsäure ist nämlich ausgeschieden, und mit demselben Moment tritt eine Verbesserung des

Blutes in die Erscheinung. Dieselbe kommt zustande durch die Zunahme des Blutfarbstoffes und die überaus starke Vermehrung der roten Blutkörperchen. So stellte Dr. Sandoz*), ein französischer Arzt, der sich mit wissenschaftlichen Forschungen über die Schrothkur beschäftigt hat, in einem Falle während einer sechswöchentlichen Schrothkur eine Steigerung des Blutfarbstoffes von 94 auf 112 % und eine gleichzeitige Vermehrung der roten Blutkörperchen von 4 400 000 auf 6 400 000 pro ccm fest. In einem andern Falle stieg innerhalb 10 Tagen einer Trockenkur der Blutfarbstoffgehalt von 92 auf 100 % und die roten Blutkörperchen von 4 400 000 auf 4 760 000. In diesen Zahlen drückt sich die Einwirkung der Kur auf die blutbildenden Organe aus. Durch ihren Erfolg nach dieser Richtung hin wird die Kur wertvoll zur Behandlung bleichsüchtiger und anämischer Zustände. Die Verbesserung des Blutes zeigt sich äußerlich in einer gleichzeitigen Verbesserung in der Farbe der Haut und der Schleimhäute. Diese Aufbesserung des Blutes ist aber gleichzeitig der Ausdruck der Umänderung der Organe, ihrer Reinigung und Auffrischung, so daß diese Kur sehr oft ganz richtig mit dem Namen „Verjüngungskur“ bezeichnet worden ist, zumal durch diese Kur auch die erlahmte und erloschene Zeugungskraft in ungeahnter Weise wieder aufgefrischt und angefacht werden kann.

Verjüngungskur.

*) Sandoz, Introduction à la Thérapeutique naturiste par les Agents Physiques et Diététiques. Paris, G. Steinheil 1907.

Kapitel V.

Indikationen für die Schrothkur.
Urteile von Ärzten und Patienten über die Kur.

Einschränkungen des Erfolgs.

Wenn wir uns mit den Krankheitsgebieten beschäftigen, für welche diese Kur in Betracht kommt, so wollen wir im voraus einschränkend bemerken, daß allerdings zerstörte Organe auch durch diese Kur nicht wieder ersetzt werden können. Zerstörte Herzklappen bleiben zerstört, geschrumpfte Nervenbahnen des Rückenmarks, degenerierte Ganglienzellen des Gehirns können auch durch diese Kur nicht wieder hergestellt werden; aber was in der Richtung der Befreiung des Körpers von den angesammelten Stoffwechselresten, von aufgespeicherten Krankheitsprodukten und sonstigen Giftstoffen erreicht werden kann, das wird in vielen Krankheitsfällen durch diese Kur sicher und schnell erreicht wie durch nichts andres, was die Wissenschaft kennt.

Schrothkur und Geschlechtskrankheiten.

Ein übler Ruf hat dieser Kur bisher auch darum angehaftet, daß man dieselbe in erster Linie als gegen Geschlechtskrankheiten, so gegen die Syphilis und Quecksilbervergiftung gerichtet angesehen hat. Ich will hier die Streitfrage „für oder gegen Quecksilber in der Syphilisbehandlung“ als zu weitführend nicht aufrollen. Die Anhänger einer medikamentösen Behandlung fühlen sich durch die Auffindung des Syphiliserregers in ihrer Therapie bestärkt. Als Erreger dieser Krankheit hat man nämlich in allerletzter Zeit ein kleines Lebewesen,



genannt Spirochaete pallida, entdeckt, welches durch eine Wunde oder einen Riß der Haut in den Körper eindringt und denselben mit seinen zahlreich sich bildenden Sprößlingen auf den Blut- und Lymphwegen infiziert. Die Befürworter der Behandlung dieser Krankheit mit Quecksilber nehmen nun an, daß durch letzteres die Krankheitserreger in ihrer Lebenskraft und Fortpflanzungsfähigkeit gehemmt und durch immer wiederholte Einwirkung schließlich ganz abgetötet werden. Es soll nicht bestritten werden, daß da, wo der Organismus das Quecksilber auszuhalten imstande ist, eine derartige Behandlung auch Erfolge zeitigen kann, d. h., daß die Erscheinungen der Syphilis nachlassen, schließlich ganz aufhören, und daß auch in den späteren Jahren keine Rückfälle auftreten.

Syphilis und Schrothkur.

Demgegenüber ist zu bemerken, daß diese Krankheit auch unter arzneiloser Behandlung zur völligen Ausheilung gelangen kann. Unter den arzneilosen Behandlungsweisen nimmt aber die Schrothkur den ersten Platz ein, da wir aus den Erfolgen zu der Annahme berechtigt sind, daß durch den infolge dieser Kur enorm gesteigerten Stoffwechsel die parasitären Erreger dieser Krankheit ebenfalls in ihrer Entwicklung gehemmt und ganz vernichtet und die von ihnen erzeugten Gifte ausgeschieden werden. Sicher ist ferner, daß in einer Zahl von Fällen trotz ausgiebiger und häufiger Quecksilberanwendung Rückfälle sich immer wieder einstellen, die dann erst nach energischer und eventuell mehrere Male wiederholter Trockenkur dauernd ausbleiben.

Der bereits zitierte Dr. Sandoz schreibt diesbezüglich: „Der Grund, weswegen die Schrothkur so viele Syphilitiker anzieht, ist der, daß die bemerkenswerten Erfolge, welche die Kur bei dieser Erkrankung erzielt, unbestreitbar sind; man kann sagen, daß die Schrothkur die auserlesene Behandlungsweise derjenigen Syphilisfälle darstellt, welche nicht von selbst heilen und welche nicht durch Quecksilber beeinflußt werden."

Endlich ist sicher, und kein erfahrener Arzt wird dies leugnen, daß bei vielen Personen das Quecksilber einen nachteiligen Einfluß auf das Nervensystem, die Blutbeschaffenheit und die gesamte Lebensenergie ausübt, und zwar treten bei einigen Personen diese Folgen schon nach relativ geringen Dosen dieses Mittels ein, während allerdings bei andern sich die schädlichen Wirkungen erst nach jahrelanger Behandlung bemerkbar machen. In solchen auf direkter Vergiftung mit Quecksilber beruhenden Fällen gibt es keine treffendere Behandlung als die mit dem Schrothschen Heilverfahren, da dasselbe imstande ist, das im Blute kreisende als auch das in den Organen abgelagerte Quecksilber zur Ausscheidung zu bringen und somit die Vergiftung und ihre Folgen, soweit dies eben noch möglich ist, zu beseitigen. **Quecksilbervergiftung.**

Auch die auf Gonorrhoe beruhenden Entzündungen der Geschlechtsteile bieten ein dankbares Behandlungsgebiet für die Schrothkur. Manche dieser Erkrankungen sind äußerst hartnäckiger Natur und heilen trotz lange Zeit fortgesetzter lokaler spezialistischer Behandlung nicht aus. Die Trockenkur **Gonorrhoe und Schrothkur.**

regt auch hier in den entzündeten Teilen den Stoffwechsel energisch an, die Zirkulation wird eine bessere und nach anfänglicher Steigerung des Entzündungsprozesses pflegt die Sekretion allmählich nachzulassen und schießlich ganz zu versiegen.

Wenn also für diese Art von Krankheiten die Schrothkur eine äußerst wertvolle Behandlungsmethode darstellt, so darf man aber trotzdem nicht das gewaltige Heer von Krankheitszuständen übersehen, gegen welche diese Kur sich außerdem wirksam erweist, nämlich gegen alle die Krankheitszustände, welche Haig unter dem Namen „Harnsäurekrankheiten“ zusammenfaßt, da ja durch kein andres Verfahren die Säuberung des verschlackten Organismus von der Harnsäure usw. so schnell und sicher vonstatten geht wie durch das beschriebene.

Weitere Indikationen für die Kur.

Für die Kur geeignete Krankheiten.

Es kommen also zunächst in Betracht: Gicht, Rheumatismus, Kopfschmerz, Schwindelerscheinungen, Hysterie und Neurasthenie, Neuralgien, melancholische Gemütsverstimmung, fehlerhafte Blutbeschaffenheit, Bleichsucht, Menstruationsbeschwerden, kalte Hände und Füße, Drüsenschwellungen, Bronchialkatarrhe, Asthma, Leber-, Magen- und Darmkrankheiten, Unterleibsplethora. Auch Erkrankungen des Herzens finden oft in erstaunlich kurzer Zeit Erleichterung, so Herzhypertrophie, Fettherz, Herzneurosen und die durch Verlegung der Kranzarterien entstehenden Beschwerden, zumal durch die Kur auch die Verkleinerung und Zusammenziehung des erweiterten

Organs gefördert wird. Ferner werden durch die Kur günstig beeinflußt: chronische Entzündungszustände, wie der Ohren, Augen und oberen Luftwege, Unterschenkelgeschwüre, Nierenentzündungen, Nierenbecken- und Blasenkatarrhe, chronische Affektionen der männlichen und weiblichen Geschlechtsorgane, schließlich chronische Hautkrankheiten verschiedener Art.

Leichtere Beschwerden und Anfangsstadien der Krankheiten.

Ein weiteres Gebiet für diese Kur stellen diejenigen Zustände und Beschwerden dar, welche sich nicht mit dem Namen einer ganz bestimmten Krankheit belegen lassen, die sich nur subjektiv geltend machen, denen aber die objektiv nachweisbare Unterlage fehlt, und die deshalb oft genug ärztlicherseits als „rein nervöse" oder auch gar zum Verdruß des Kranken als „eingebildete" Beschwerden gekennzeichnet werden. Trotz der Versicherung des Arztes, er sei ganz gesund, fühlt doch der Patient, daß dies nicht der Fall ist, daß nichtsdestoweniger seine körperliche Leistungsfähigkeit vermindert ist, daß sein Gedächtnis nachgelassen hat, daß er nicht mehr so andauernd und so leicht arbeiten kann wie früher, daß ihm die Tätigkeit keine rechte Freude mehr bereitet, daß er an Kopfdruck, an Schwindel, an Stechen in den Augen, an Kreuzschmerzen und kalten Füßen leidet, daß sein Schlaf ihn nicht mehr erfrischt, daß er von Brustbeklemmungen heimgesucht wird, daß er sein Herz schlagen fühlt, daß er sich bei jeder Gelegenheit erkältet und an Katarrhen leidet, und was derlei Beschwerden und Klagen noch mehr sind.

Alle diese Symptome zeigen deutlich, daß der Organismus bereits mit inneren Schädlichkeiten zu kämpfen hat, deren er sich nur schwer erwehren kann. Das sind gerade die Anfangsstadien der Krankheiten, die noch nicht deutlich erkennbare Veränderungen in den Organen hervorgerufen haben, die aber über kurz oder lang zu solchen führen können. Mit dem Ausdrucke „rein nervöse Erscheinungen" ist gar nichts gesagt, wohl aber bietet uns die Deutung dieser Symptome an der Hand der Haigschen Theorie keine Schwierigkeiten. Es handelt sich hier um Störungen der menschlichen Maschine infolge beginnender Verschlackung durch Harnsäure, die wir mit aller Macht bekämpfen sollten, weil wir sie jetzt noch völlig bekämpfen können. Hier feiert die Schrothkur, die ja leider meistens erst in den allerletzten Stadien und dann natürlich oft genug nur mit halbem Erfolge angewendet wird, ihre größten Triumphe, da in solchen Fällen durch dieselbe eine völlige Wiederherstellung und eine Verjüngung von Körper und Geist noch möglich ist. Wohl demjenigen, der sich bereits in diesen Zuständen zu einer Schrothkur entschließen kann. Wohl aber auch demjenigen, der im rechten Augenblick bereits mit der Schrothkur vertraut ist und deshalb auch zu ihr seine Zuflucht nehmen kann. Ich persönlich habe es tief bedauert, daß ich diese Kur anstatt mit 32 Jahren nicht bereits mit 20 Jahren kennen gelernt und durchgemacht habe.

Für die Kur nicht geeignete Leiden.

Als im großen ganzen nicht geeignet hat sich die Kur erwiesen bei nicht kompensierten Herz-

fehlern, vorgeschrittener Zuckerkrankheit, geschwulstartigen Wucherungen, sowohl den bösartigen Krebsgeschwülsten als auch den gutartigen, wie Fett- und Fasergeschwülsten, Eierstockscysten, Wasserbrüchen und dergleichen. Auch die tuberkulösen Erkrankungen eignen sich, wenigstens in irgend welchen vorgeschrittenen Graden, nicht für die Kur, weil die eitrige Einschmelzung des Gewebes durch die Kur nur noch gefördert wird. Daß eine so schlimme Degenerationskrankheit, wie die Gehirnerweichung, auch durch diese Kur nicht heilbar ist, wird wohl niemand verwundern.

Genügende Lebenskraft.

Selbstverständlich kommt es auch bei den sich für diese Kur eignenden Krankheiten auf die Lebens- und Nervenkraft an, über welche der Patient noch verfügt. Durch die Aufrührung der Krankheitsstoffe und die Umwälzungen, welche in allen Organen und im Blute stattfinden, werden natürlich Anforderungen an die Lebenskraft des betreffenden Patienten gestellt. Ist die Nervenkraft bereits zu sehr erschöpft, so kann dieselbe übergroßen und zu stürmisch vor sich gehenden Veränderungen im Körperhaushalt nicht mehr gewachsen sein. Dadurch, daß man die Kur durch sachgemäße individuelle Anwendung möglichst milde gestaltet, wird man auch da noch in manchen Fällen zum Ziele kommen, während hingegen in andern, zu weit vorgeschrittenen Fällen von dieser Kur abzuraten ist, und dieselbe durch andre, milder wirkende Diätverfahren zu ersetzen ist.

Trotz dieser Einschränkungen ist das Anwen-

dungsgebiet dieser Kur ein sehr großes, und wir können uns, allerdings mit gewissem Vorbehalt, den Worten von Dr. Cybulka anschließen, der da sagt: „Es macht mir ein unbeschreibliches Vergnügen, die tröstende und auf die innigste Überzeugung gegründete Behauptung einem jeden noch so schwer Leidenden zurufen zu können, er möge nicht früher an der Möglichkeit der Heilung seines Übels verzweifeln, bis er die Schrothsche Kur genau durchgemacht und in sehr hartnäckigen Fällen auch wiederholt habe.“

Dr. Cybulkas Urteil.

Dr. Paul Kadner in Dresden schrieb bereits vor über 50 Jahren: „Wir besitzen in der Schrothkur in der Tat ein rationelles diätetisches Heilverfahren, welches eine weit größere und wichtigere Bereicherung für die praktische Heilkunde darstellt als manche gepriesene Vermehrung des ohnehin viel zu großen Arzneischatzes.“

Urteil von Dr. Kadner.

Ein andrer gründlicher ärztlicher Kenner dieser Kur, der verstorbene Dr. Kles zu Dresden, welcher über eine mehr als dreißigjährige Erfahrung verfügte, gibt in einer lesenswerten Schrift*) folgendes Urteil ab: „So viel steht fest, daß keine andre ärztliche Kur, kein andres Heilverfahren, wenn es auch wirklich gründlich zu heilen vermöchte, sich an raschem Tempo mit der diätetischen Heilmethode messen kann, wenn man nämlich erwägt, daß es sich bei letzterer jederzeit um eine vollkommene Regeneration des siechen Körpers und nicht etwa

Urteil von Dr. Kles.

---

*) Kles, Diätetische Kuren. IX. Auflage. Verlag der Diätetischen Heilanstalt zu Dresden. Preis 2 Mark.

bloß, wie bei den gewöhnlichen Brunnen- und Badekuren, um eine oberflächliche Erholung handelt, deren Wirkung nach der Heimkehr wieder verblaßt, und die man alle Jahre zu wiederholen gezwungen ist." Jedoch er fügt auch gewissermaßen als Erklärung ihrer bisherigen beschränkten Anwendung weiter hinzu: „Aber sie ist keine Modekur, sie gestattet nicht die endlosen Zerstreuungen und Amüsements, die dem Kranken in Wahrheit schaden, sie verlangt den Ernst und den ernstlichen Willen, die Krankheit zu überwinden und so lange krank sein zu wollen, als man in Wahrheit krank ist. Sie fordert die geistige Freiheit des Menschen heraus, der einem erhabenen Ziele mit Ruhe und Festigkeit entgegengeht und nicht eher davon absteht, als bis er es errungen hat."

Im Jahre 1880 beginnt der praktische Arzt Dr. Körner in Wolgast das Vorwort zu einer Abhandlung über die Schrothkur mit folgenden Worten: „Die Schrothsche Kur ist die wohltätigste und größte Erfindung in der Heilkunde, da durch dieselbe noch solche Krankheiten geheilt werden, gegen welche alle andren Heilmethoden ganz ohnmächtig sind, wie ich mich seit meiner 44jährigen Praxis bei zahlreichen Kranken und bei mir selbst überzeugt habe; denn ich habe durch dieselbe viele aufgegebene Kranke gerettet, deren Wiederherstellung oft Erstaunen erregte, und ich selbst danke ihr Leben und Gesundheit, nachdem ich von hochgestellten Ärzten, am hartnäckigen Magen- und Darmkatarrh leidend, an den Rand des Grabes gebracht worden war." Was Dr. Körner schreibt.

Wenn ich von der weiteren Aufzählung ähnlich lautender Gutachten andrer Ärzte absehe, will ich als völlig unparteiischen Beurteiler dieser Kur nur noch den Regierungs- und Medizinalrat Dr. Borntraeger zu Danzig anführen, welcher in seinen für Ärzte bestimmten „Diätverschriften"*) über diese Kur sagt: „Die Kur verdient mehr Anwendung als sie bisher fand, da sie unter Umständen sehr wirksam ist."

Urteil von Medizinalrat Dr. Borntraeger.

In allerneuster Zeit hat der französische Arzt Dr. F. Sandoz sich mit dieser Kur eingehend beschäftigt, und nach längerem praktischen Studium derselben fühlt er sich veranlaßt, die Schrothkur „ein wunderbares therapeutisches Werkzeug" zu nennen und sie als die „Behandlungsweise der eingewurzelten chronischen Krankheiten, welche jedem andern Heilverfahren getrotzt haben", hinzustellen. Am Schlusse einer längeren wissenschaftlichen Abhandlung über diese Kur faßt er sein Urteil über dieselbe in folgenden 3 Sätzen zusammen:

1. „Die Schrothkur ist einfach und leicht durchführbar."

2. „Die Schrothkur kann sich noch bei den Kranken nutzbringend erweisen, welche alle andern Heilverfahren erschöpft haben. Heilungen in solchen Fällen sind es gewesen, welche dieser Kur den Ruf verschafft haben, für Kranke der letzte Rettungsanker zu sein, und welche ihr zu dem Beinamen einer Regenerations- oder Radikalkur verholfen haben."

*) Leipzig, Verlag von Hartung & Sohn. 1900.

3. „Die Schrothkur bietet vom wissenschaftlichen Standpunkte aus mehr Interesse als irgend ein andres Heilverfahren.“

Schließlich entscheidet jedoch nicht der ärztliche Ausspruch über den Wert eines Heilverfahrens, sondern die praktische Erfahrung und das Urteil derjenigen, die diese Kur gebraucht haben. Wie ich schon im Anfang dieser Broschüre erwähnte, ist dieses Urteil im Durchschnitt ein sehr gutes. Der bei weitem größte Teil der Schrothpatienten ist mit den Erfolgen der Kur zufrieden. Und mag auch der eine oder andre noch so sehr über die Härte und die unangenehmen Seiten der Kur sich aufhalten, zugeben wird er wohl stets, daß die Kur äußerst wirksam ist, und daß sich mit ihren Erfolgen kaum ein andres Heilverfahren messen kann. Urteil der Schroth-Patienten.

Im Interesse der Sache wollen wir hierselbst noch die Ansichten einiger Patienten, die diese Kur am eignen Körper erprobt haben, anführen. Die folgenden ersten 3 Berichte sind Auszüge aus Briefen, welche mir ein bekannter Herr zur Verfügung stellte, der sich im Interesse einer Verwandten, die er dadurch zur Kur ermutigen wollte, bei einigen meiner früheren Patienten nach ihren Erfolgen der Kur und nach ihrer Meinung über dieselbe brieflich erkundigte. Diese Bericht sprechen für sich selbst und bedürfen kaum eines erläuternden Kommentars. Schriftliche Äußerungen von Patienten über die Kur.

Der erste Bericht stammt von Frau Kommerzienrat B., welche im Alter von 41 Jahren wegen eines langjährigen Herz- und Nervenleidens (Herzerweiterung und Hysteroneurasthenie) 1. Bericht.

2 Turnusse der Kur mit großer Energie durchgemacht hatte. Der Bericht lautet:

„Über die Erfolge, die ich durch den Gebrauch der Schrothschen Kur erreicht habe, berichte ich Ihnen sehr gern.

Da ich von Jugend auf an schwachen Nerven gelitten habe und durch die langjährige allopathische Behandlung unseres Hausarztes wenig Besserung verspürte, gewann ich Vertrauen zu obengenannter Kur, über welche ich verschiedene Schriften gelesen hatte, so daß ich gegen den Willen meines Arztes Ende August 1905 nach L. ging und dort bis kurz vor Weihnachten blieb.

Ich hatte im Jahre 1903 einen sehr schweren, langwierigen Typhus und nachher lange Gelenkrheumatismus, hatte während der Zeit viel Kampfer uud sonstige Medizin bekommen. Im Sommer 1904 war ich sehr herunter, ja völlig erschöpft an Nerven- und Körperkraft.

Dr. M. konstatierte eine starke Herzerweiterung und große Schwäche.

Ich machte zweimal einen Turnus Schrothscher Kur mit achttägiger Pause durch und nahm dann nach einer zweiten Pause auf des Arztes Anraten Wechselstrombäder. Hätte ich noch etwas länger Zeit gehabt, hätte ich gern noch den dritten Turnus der Kur erst durchgemacht, da die Entbehrungen wirklich nicht so schlimm sind und ich über den Wechsel der Stimmungen und alle sonstigen Erscheinungen während der Kur genau orientiert bin. Außerdem hatte ich den staunenswerten Erfolg in der langen Zeit meines Dortseins an verschiedenen Patienten beobachten können. Mein Gesundheitszustand hat sich so zum Guten gewendet, daß ich schwache Nerven nicht mehr kenne und so leistungsfähig und frisch bin, wie früher nie. Mein Mann sowie alle Bekannten und Verwandten freuen sich alle über meine Munterkeit und Frische. . . . .

Ich überrede niemand diese Kur zu gebrauchen; teile nur jedem auf Befragen gern mit, daß ich mit den Erfolgen der Behandlung außerordentlich zufrieden bin, mein Aussehen beweist es. Mein Herz ist wieder normal und macht mir keinerlei Beschwerden. Ich kann tanzen und stundenlang spazieren gehen.

Wer gesund werden will und die nötige Energie besitzt, kann ja ebenso guten Erfolg haben wie ich."

Ein sehr ausführliches Urteil gibt Herr Kassenbeamter K. über die Schrothkur ab. Derselbe litt an Nervenschwäche, schlechter Blutbeschaffenheit, Leberschwellung, Darmträgheit und Hämorrhoiden. **2. Bericht.**

„Es freut mich außerordentlich infolge Ihres lieben Briefes Gelegenheit zu haben, Ihnen gegenüber mich zu äußern, wie ich jetzt, nachdem ich die Schrothsche Kur durchgemacht, über dieselbe denke, und welchen Erfolg ich erzielte.

Sie wissen ja wohl noch aus unsrer leider zu kurzen Unterredung in L., daß ich wegen eines jahrelang anhaltenden, ernsthaften Nerven- und Gemütsleidens nirgends Hilfe finden konnte, obgleich ich viele hervorragende Ärzte, Professoren, Naturheilanstalten besuchte, mich lange Zeit in die Behandlung eines berühmten Universitätsprofessors (Spezialarzt für Nervenleiden) begab, auf Anraten der Ärzte wiederholt an die See ging usw. Da ich die ersehnte Hilfe nirgends fand, höchstens eine kurze Besserung erreichte, ja sogar bei solchen Kuren, mit denen eine reichliche Kost verbunden war, ebenso an der See, eine Verschlechterung eintrat, gab ich mich selbst ans Kurieren und habe so vielerlei Kursysteme kennen gelernt und mich mit der darüber vorhandenen Literatur bekannt gemacht. Auch durch Bekanntschaft und Aussprache mit vielen Leidenden, die ich in den Kuranstalten antraf, habe ich viele Urteile gehört und manches gesehen und erlebt, so daß ich wohl aus Erfahrung sprechen kann.

Es ist wohl allgemein bekannt, daß die Ärzte diejenigen Krankheitszustände, welche sie nicht erklären können, oder bei welchen ihnen die Grundursache nicht bekannt ist, als Neurasthenie bezeichnen, und so muß es wohl auch bei mir gewesen sein. Schon vor einer Reihe von Jahren ging ich mit der Absicht um, die Schrothsche Kur, von der ich so sehr viel gelesen und gehört hatte, zu machen, aber ich muß es zu meiner Beschämung gestehen — mir fehlte die Courage dazu, und so wird es wohl vielen Kranken, besonders Nervenleidenden ergehen. Heute lache ich über meine Dummheit und Schwachheit, denn hätte ich diese genial erdachte Kur damals gemacht, so hätte ich das viele Geld (ein Kapital), welches ich in die Anstalten und zu den Ärzten trug, ersparen können. Daß viele Ärzte vor der Kur warnen, ist nicht verwunderlich; würden sie die Kur kennen und selbst durchgemacht haben, würden sie anders darüber urteilen. . . . Ich kenne bereits viele früher sehr Leidende, die, nachdem sie wie ich alles durchprobiert, Hilfe durch die Schrothsche Kur erhielten. Das kann ich wohl fest behaupten, daß die Schrothsche Kur turmhoch über allen andern Kuren steht und viel strenger Hilfe bringt als z. B. Kuhne, Pflanzenheilverfahren, die ich übrigens keineswegs verachte. Wie Sie, lieber Herr, wissen, habe ich die Kur streng sechs Wochen ohne jeden Kurfehler durchgemacht und habe gefunden, daß dieselbe lange nicht so gefährlich und unerträglich ist, wie ich mir vorgestellt. Hätte ich die Zeit gehabt, so hätte ich recht gern nach einer kurzen Erholungspause noch vier bis sechs Wochen geschrothet, um den Rest der Harnsäure, die ich bei meinem Abgange von Loschwitz noch in mir hatte, herauszuholen. . . . .

Wie vielen Kranken könnte diese Kur Hilfe oder doch wesentliche Besserung bringen, wenn die Betreffenden nur den Mut, die Ausdauer und die Selbstbeherrschung hätten, die Kur durchzumachen. Der Lohn ist in den meisten Fällen ein herrlicher. . . . Freilich, ohne Mühe kein Preis! Es ist undenkbar, daß lange Jahre anhaltende

Krankheitszustände geheilt werden, ohne daß der Kranke selbst mithilft und an seiner Genesung arbeitet. Das kann er aber bei der Schrothschen Kur, und wer das nicht will, der verdient auch nicht gesund zu werden. Die verlorene Gesundheit muß zurückerkämpft werden, denn nur so wird man sie schätzen und hüten.

Bei mir war die dritte Woche die schlimmste. Wiederholt traten erhebliche Reinigungskrisen (Ausscheidung schleimig-blutiger Massen durch den Darm) auf. Auch seit meiner Rückkehr kam eine solche nochmals vor. In der sechsten Woche der Kur waren meine Kräfte noch derart, oder besser, wieder soweit hergestellt, daß ich eine ganztägige Fuß- und Klettertour in der Sächsisch-böhmischen Schweiz unternehmen konnte, bei welcher ich neun Stunden, nur von kurzen Pausen unterbrochen, scharf marschierte. Trotzdem ich nur neun trockene Semmeln verzehrte, hielt ich mit geübten Gebirgstouristen Schritt, und ließ einen starken Herrn, der schon zum Frühstück ein Beefsteak verzehrte, weit hinter mir.

Mein Herz, das nach Aussagen vieler Ärzte recht schwach und nicht ohne Fehler sein sollte, hatte schon während der Kur eine solche Kraft und tadellose Beschaffenheit erhalten, daß Herr Dr. M. sich im allergünstigsten Sinne äußerte. In welchem Zustande ich bei meinem Eintreffen in L. war, geht daraus hervor, daß mir ein Arzt, der die Kur mitmachte, sagte, ich habe ausgesehen, als hätte ich bereits drei Tage im Grabe gelegen. Bei meinem Abgange von L. wog ich nur noch 105 Pfund und gewann zu Hause innerhalb vier Wochen 27 Pfund*), trotzdem ich nur drei Mahlzeiten (früh, Mittag, Abend) nehme. Alle Organe arbeiten wieder tadellos, der ganze Körper hat sich neu aufgebaut und die Muskeln sind

*) Zu Beginn der Kur wog der Patient 116 Pfund. Der durch die Kur bedingte Gewichtsverlust von 11 Pfund wurde also nicht nur in der kürzesten Zeit wieder eingeholt, sondern der Körper setzte auch noch 16 Pfund darüber hinaus an. Dr. Möller.



heute so ausgebildet und hart, wie nie vorher. Alle Bekannten wundern sich über mein blühendes Aussehen, und man behauptet, daß ich um 10 Jahre jünger erscheine. Trotzdem ich nach der strengen Kur nur vier Tage Übergangszeit (Ausleitungskur) hatte, konnte ich meinen strengen Beruf als Kassenbeamter sofort wieder mit Leichtigkeit erfüllen. . . . ."

8. Bericht. Fräulein B. hatte bereits sieben ihrer schönsten Jugendjahre durch ein chronisches Siechtum, welches sie zeitweise dem Tode nahe brachte, verloren, als sie endlich mit der Schrothkur bekannt wurde und sich derselben mit der größten Ausdauer und mit einem seltenen Verständnis für diese Heilmethode unterzog. Da sie auch so einsichtig war und nicht erwartete, von ihrem siebenjährigen schweren Leiden in 4 bis 5 Wochen befreit zu sein, sondern geduldig die natürlichen Heilkräfte, welche die Kur in ihrem Organismus zur Entfaltung brachte, wirken ließ, so erreichte sie völlige Genesung von ihren mannigfachen Leiden und Beschwerden (Bleichsucht, chronischer Nasen-Rachenkatarrh und Augen-Bindehautentzündung, Blutandrang zum Kopfe, Magengeschwüre, Eierstocksentzündung, unregelmäßige und schmerzhafte Periode, körperliche und geistige Leistungsunfähigkeit, Neigung zur Venen- und Drüsenentzündung). Ihr Bericht lautet folgendermaßen:

„Gern erfülle ich Ihre Bitte bezüglich der Mitteilungen über die Schrothkur, da auch ich der festen Überzeugung bin, daß die Wirkungen dieser Kur, wenn sie richtig durchgeführt wird, außerordentlich gute sind.

Ich selbst war etwa 7 Jahre lang leidend, hatte mehrmals Magengeschwüre, außerdem Diphtheritis,

Lymphgefäßentzündung und Kiefervereiterung. Zeitweise ging es mir ja etwas besser, aber ich fühlte mich stets so matt und schwach, daß ich absolut nicht imstande war, irgend welche anstrengende körperliche Arbeit zu leisten. Sogar von der Geselligkeit mußte ich mich zeitweise ganz zurückziehen. Mehrfach unternommene Badereisen, eine Halsoperation, ein Aufenthalt im Süden und die in einer Berliner Klinik zuletzt gebrauchte Mastkur blieben ohne wesentlichen Erfolg, so daß ich schon ganz mutlos wurde und nicht mehr an eine wirkliche Genesung glauben wollte. Die Schrothkur war mir ganz fremd, wurde mir aber von einer älteren Dame sehr empfohlen. Ich las Herrn Dr. M.s Broschüre und war überzeugt, daß diese Kur, wenn ich noch gesund werden könne, das Rechte sei, da ich alle meine Leiden in der Hauptsache auf eine krankhafte Blutbildung schob.

Da auch Herr Dr. M. mir Hoffnung auf Erfolg machte, begann ich die Kur unverzüglich und sah schon nach dem ersten Turnus viele meiner Beschwerden verschwinden. Im ganzen habe ich dreimal die Kur gebraucht und dann eine Fastenkur folgen lassen. Nach Beendigung derselben ging ich zur harnsäurefreien Kost über und habe, trotzdem ich verhältnismäßig weniger esse als früher (auch nur drei anstatt fünf täglicher Mahlzeiten genieße), seit dem Mai dieses Jahres*) rund 30 Pfund zugenommen. Als ich die erste Schrothkur begann, wog ich 93 Pfund; im Verlauf der Kuren nahm ich bis auf 78 Pfund ab, also im ganzen 15 Pfund. Jetzt wiege ich 109 Pfund, habe also trotz der anfänglichen, durch die Kuren bedingten Abnahme gegen mein früheres Durchschnittsgewicht von 93 Pfund ca. 15 Pfund zugegenommen. Ich fühle mich durchaus gesund und leistungsfähig, sehr aufgelegt zu geistiger und körperlicher Arbeit, und mein Schlaf ist ausgezeichnet im Gegensatz zu früher, wo ich oft trotz großer Müdigkeit die halben Nächte wach lag. Falls die betreffende Dame die nötige Energie be-

*) Der Brief ist datiert vom 21. November 1905.

sitzt, um die Kur genügend lange und ernsthaft durchzuführen, kann ich ihr nur zu einer solchen raten. . . . . Ich bedaure aufrichtig, daß diese Kuren unter den Ärzten im allgemeinen so wenig Anklang finden; man kann nur hoffen, daß die guten Erfolge mit der Zeit doch deutlicher für die Kur reden werden und dazu beitragen, sie bekannter zu machen. . . . ."

4. Bericht. Als 4. Bericht gebe ich wieder, was ein dreißigjähriger Ingenieur schreibt, der lange Jahre an schwerer Neurasthenie und allerlei Herzbeschwerden erkrankt und dadurch arbeitsunfähig geworden war. Trotzdem ihm seine ärztlichen Berater nicht helfen konnten, so rieten sie doch, von ihm darüber befragt, von der Schrothkur dringend ab, so daß er noch ein weiteres Jahr nutzlos verstreichen ließ, bis er ganz zusammengebrochen endlich sich dieser Kurmethode zuwandte:

„Dresden, den 30. April 1908. Von frühester Jugend an war ich von Krankheiten aller Art, wie vielfach schwere Diphtheritis, Hüftgelenkentzündung usw. heimgesucht.

Während des Studiums stellten sich Herzschmerzen, Herzklopfen und etwas allgemeine Nervosität ein, welche Erscheinungen nach Aussage des Arztes nicht von Bedeutung wären. Dieses Herzklopfen steigerte sich jedoch im Laufe der Jahre immer mehr, wozu sich noch Angstgefühle, Mattigkeit und geringe Schlaflosigkeit gesellten. Plötzlich bekam ich äußerst starke Anfälle von Herzklopfen in der Nacht, verbunden mit großer Angst, so daß ich dachte, mein Ende nahte. Die Nervosität sowie die Schlaflosigkeit steigerten sich, auch litt ich an Appetitlosigkeit. Der Arzt verordnete mir literweise Brom und kalte Abreibungen. Erfolg hatte ich natürlich keinen, sondern ich schleppte mich weiter. Durch eine 8wöchentliche Kur in einer Wasserheilanstalt fühlte ich mich etwas besser, jedoch nur für ganz kurze Zeit. Auch nach einem

Aufenthalt im Seebade, woselbst ich auch kohlensaure und Fichtennadelbäder nahm, blieb mein Zustand auf demselben Niveau. Im darauffolgenden Herbste wurde mein Zustand durch Aufregungen wieder ein derart ernster, daß ich abermals ärztliche Hilfe aufsuchte. Man behandelte mich mit Gleich-, Wechselstrom- und faradischen Bädern, Franklin- und Arsonvalisation, Massagen, Lichtbädern und schottischen Duschen ca. 5 Monate hindurch. Erfolg so gut wie gar nicht. Ich war nur wieder weiter geschleppt. Ein hierauf längere Zeit genommener Landaufenthalt brachte mir auch keine Besserung. — Ich fühlte, daß in mir etwas Undefinierbares steckte, welches diese ganzen Zustände bei mir veranlaßte, und konsultierte einige Autoritäten der Nervenheilkunde, erhielt jedoch immer fast die gleiche Antwort: Sie sind vollkommen gesund, nur Ruhe, dann wird sich die Sache legen. — Ein schwacher Trost, da ich mich elender denn zuvor fühlte. Ein Weile schleppte ich mich nun noch mit Beruhigungs- und Schlafmitteln wie Baldriantee, Bromnatron, Veronal usw. weiter, bis ich durch Zufall Herrn Dr. M. kennen lernte, der mir offenbarte, daß mein Körper total von Harnsäure durchsetzt sei und daß alle meine Zustände nur auf dieselbe zurückzuführen seien. Er empfahl mir als energischste Kur die Schrothkur. Zuerst konnte ich mich nicht sehr für dieselbe begeistern. Aber die Notwendigkeit zwang mich nach Verlauf eines Jahres dazu, als letztes Mittel die Kur zu versuchen, da ich inzwischen ganz zusammengebrochen und zu jeder Tätigkeit unfähig war.

Ich begann nun die Kur bei Herrn Dr. M. und zwar machte ich zunächst 2 Turnusse von je 5 Wochen mit einer Woche Pause durch, nach welcher Zeit sich bereits der Schlaf bedeutend besserte, auch wurde die Herztätigkeit viel ruhiger. Während der Kur verlor sich auch die Mattigkeit trotz der schlechten Ernährung, so daß ich Spaziergänge bis zu 3 km machte. Nach einer 7wöchigen Pause begann ich nun die Kur von neuem und befinde mich zurzeit in der 17. Woche strengster Kur. Mein Zustand hat sich nun derartig gebessert, daß ich mich wohler

fühle als vor Jahren, und ich bin überzeugt, daß diese Kur mich ganz zum Ziele führen wird. Allen Leidenden kann ich nur aufs wärmste diese Kur empfehlen, da sie mich dem Leben wiedergibt."

„Dresden, den 22. Mai 1908. Den 4. Turnus habe ich nun beendet. In der 18. Woche stellte sich bereits ein derartiger Appetit ein, daß mir die einfachen Breie vorzüglich mundeten. Die Ausscheidungen ließen bedeutend nach, und meine Kräfte sowie mein übriges Wohlbefinden wuchsen zusehends. Meine ganzen Beschwerden sind bis jetzt fast gänzlich geschwunden, und ich will nun nach einer 4wöchigen Erholung wieder meiner beruflichen Tätigkeit nachgehen. Ich kann daher nochmals jedermann, welcher ähnlich leidet, nur aufs wärmste zu der Kur raten; auch ist dieselbe gar nicht so schwer durchzuführen wie es meistens gedacht wird. Sobald man die Krisen überwunden hat, fühlt man sich selbst in der Kur nicht mehr schlecht. Alle meine Bekannten staunen jetzt über mein gesundes Aussehen und lustiges Wesen, während ich vor der Kur und im 1. Turnus wie ein Toter ausgesehen haben soll. . . . ."

Bezeichnend ist auch, was mir Herr W. K. aus Berlin, ein überaus tätiger Geschäftsmann, unaufgefordert brieflich mitteilte. Er schreibt: „Ich habe das Vergnügen Ihre Schriften zu kennen. Alles, was Sie über die Schrothkur geäußert haben, ist absolut übereinstimmend mit genauer und sorgfältiger Beobachtung. Ich habe die Schrothsche Kur selbst durchgemacht und habe ihr einen außerordentlichen gesundheitlichen Erfolg derart zu verdanken, daß ich mich um 20 Jahre verjüngt habe und heute eine Nerven- und Arbeitskraft mein eigen nenne, die mir früher unerreicht erschienen."

Wer sich für eingehende Krankengeschichten und für den Verlauf der Schrothkur bei den ver-

schiedenartigen Leiden interessiert, den verweise ich nochmals auf die bereits erwähnte Schrift von Dr. Kles, „Diätetische Kuren“ *). Am Schlusse dieser Broschüre sind auch einige Krankengeschichten von Patienten, welche sich der Kur in der Anstalt des Verfassers unterzogen, enthalten.

Kapitel VI.

Schrothkur und Wissenschaft. Schluß.

Für die Ignorierung dieser Kur seitens des Gros der Ärzte ist der Werdegang der modernen Medizin schuld, die infolge des rapiden Aufschwunges der einzelnen naturwissenschaftlichen Zweige in Verbindung mit den Fortschritten in der Mikroskopie auf das exakteste und wissenschaftlichste vorgehen wollte und daher Anschauungen, wie Schroth sie betreffs der Blut- und Säfteverderbnis als Ursache der meisten chronischen Krankheiten äußerte, nicht brauchen konnte. Ignorierung der Kur seitens der Medizin.

War doch gerade zu derselben Zeit die Lehre von den schlechten Säften, die Humoralpathologie, durch den berühmten pathologischen Anatomen Virchow zu Falle gebracht und durch die Zellularpathologie ersetzt worden, in welcher er betont, daß nicht die Säfte, sondern die einzelnen Zellen der Sitz der Krankheit seien. Gewiß sind die Zellen krankhaft verändert, aber dies ist, wie unter anderm aus der Humoral-pathologie und Zellular-pathologie.

*) Verlag der Diätetischen Heilanstalt zu Dresden. Preis 2 Mark.

für die ärztliche Praxis so ungemein brauchbaren Lehre von Haig hervorgeht, erst eine Folge davon, daß sich in den Blut- und Säftemassen des Körpers pathologisch wirkende Substanzen befinden. Diese letzteren gelangen, wenn wir von direkten Vergiftungen, sowie von den Infektionskrankheiten und den durch dieselben erzeugten Toxinen absehen, mit der Nahrung in den Körper, oder aber sie entstehen dadurch, daß der Organismus aus irgend welchen Ursachen die aufgenommene Nahrung nicht in eine der Ausscheidung völlig fähige Form umzuwandeln vermag, oder endlich auch dadurch, daß die Ausscheidungsorgane zu schwach sind, um den an sie gestellten Anforderungen nachzukommen. Diese pathologisch wirkenden Stoffe kommen nun durch die Zirkulation mit den einzelnen Zellen in Berührung, dringen in den Zellleib ein, verbinden sich mit dessen Substanz und veranlassen dadurch eine krankhafte Veränderung und ebenso krankhaftes Funktionieren der Zellen.

Vorgänge beim Heilungsprozeß. Beim Heilungsvorgang geht nun genau der umgekehrte Prozeß vonstatten. Die Zellen geben diese anormalen Stoffe wieder an das Blut und die Säfte ab, wo sie entweder vollständig oxydiert oder durch welche sie den Ausscheidungsorganen zugeführt und durch dieselben ausgeschieden werden. Außer vielen andern Vorgängen, die der mit klarem Blick bedachte Praktiker beobachten kann, ist die Schrothsche Kur ein diese Anschauung stützendes Moment.

Virchow. Soviel wir auch Virchows rastloser Arbeitskraft verdanken, von einer gewissen Einseitigkeit können

wir weder ihn noch die durch ihn geschaffene Richtung in der Medizin, welche sich gerade nach der therapeutischen Seite hin lange Zeit hindurch als wenig fruchtbar erwiesen hat, freisprechen, und wir fühlen uns veranlaßt, als für die hier vorliegenden Verhältnisse passend folgende Worte H. St. Chamberlains anzuführen: „Das Fachgelehrtenwesen, dessen unschätzbare Verdienste einem jeden bekannt sind, birgt große Gefahren, auf die es Zeit wäre, aufmerksam zu werden. Wie die übrigen Einrichtungen der menschlichen Gesellschaft, erfordert auch das Gelehrtentum ein Korrektiv, ein Gegengewicht. Schon im Interesse der Wissenschaft wäre ein solches nötig. Der Gelehrte wird leicht zugleich eng und autoritär; weil er in einer Sache Bescheid weiß, glaubt er sich manchmal allwissend und wird unduldsam wie nur irgend ein zelotischer Pfaffe. Daher mag es wohl kommen, daß nirgends das Autoritätenunwesen, ja der Terrorismus üppiger blüht, als in der Gelehrtenrepublik; ein einziger „berühmter“ und vielleicht hochverdienter Name genügt manchmal, um 30 Jahre lang alle originellen Köpfe, alle neuen, fruchtreichen Gedanken in der betreffenden Wissenschaft brachzulegen und eine Generation heuchlerischer Nachbeter und hochmütiger Mittelmäßigkeiten heranzuziehen.“

Gefahren des Fachgelehrtentums.

Der Dilettantismus, mit Bezug auf welchen Chamberlain die angeführten Worte gebraucht, hat, wie auf so vielen anderen Gebieten, auch in der Medizin seine Berechtigung, und wir können außer von manchen andern Laien auch von Schroth und seiner Kur viel lernen. Um dies aber tun

Dilettantismus in der Medizin.

und die Schrothsche Kur genügend würdigen und kritisieren zu können, ist es unumgänglich notwendig, daß derjenige, der dies unternimmt, diese Kur auch zur Genüge kennen gelernt hat. Wer aber dieselbe weder am eignen Körper, noch an einem größeren Krankenmaterial studiert hat, dem muß ein maßgebendes Urteil über dieselbe abgesprochen werden.

Schrothkur ist nicht alleiniges Universalmittel.

Es liegt mir völlig fern, die Schrothsche Kur als das einzige Universalmittel gegen so viele Beschwerden hinzustellen. Es gibt verschiedene Wege, die nach Rom führen, aber — und dies ist bei dem heutigen gesteigerten Kampf ums Dasein, der uns meistens nicht viel Zeit für unsre gesundheitlichen Interessen übrig läßt, von größter Wichtigkeit — an Schnelligkeit und Intensität kann sich wenigstens für viele chronische Krankheitszustände kein andres Verfahren mit ihm messen.

Anbahnung der Heilung.

Kommt man mit einem Turnus dieser Kur, falls einem nicht mehr Zeit, um den Turnus zu wiederholen, zur Verfügung steht, nicht zum völligen Ziel, so hat man doch den Weg zur Heilung damit angebahnt, und man kann dann zu Hause neben seiner Berufstätigkeit durch andre Blut verbessernde Kuren in derselben Richtung weiterarbeiten. Gerade die fernere Ernährung ist ein wichtiger Punkt. Sind wir von den Lehren Haigs über die Entstehung von Krankheiten durch falsche Nahrungswahl ausgegangen, so zwingen uns diese Anschauungen auch zu fordern, daß man nach der Reinigung des Körpers von den Schlacken zu einer Reformierung seiner täglichen Lebensweise insbesondere der Er-

Reformierung der Lebensweise.

nährung übergehe, um einerseits der Neuansammlung von Schlacken vorzubeugen und andrerseits die weitere Gesundung und den Neuaufbau der Organe in die Wege zu leiten. Denn ebenso wie die chronischen Krankheiten lange Jahre zu ihrer Entstehung gebraucht haben, so können sie auch unmöglich in kurzer Zeit hinweggezaubert werden. An der Wiedergenesung muß nicht nur mit Ausdauer und Geduld, sondern auch mit Verstand gearbeitet werden, und man muß hier nach einem einheitlichen Plane vorgehen. Dazu ist aber bis zu einem bestimmten Grade ein Verstehen der pathologischen Prozesse und der Heilungsvorgänge notwendig, welches Verständnis anzubahnen Pflicht der Ärzte und Zweck der vorstehenden Zeilen ist.

Verständnis der Heilungsvorgänge.

Anhang.

Krankengeschichten und Kurberichte.

Die folgenden Kranken- und Kurberichte, in bunter Reihenfolge zusammengestellt, stammen sämtlich von Patienten, welche sich in meiner Anstalt der Schrothkur unterzogen haben. Soweit es mir möglich war, habe ich auch versucht, über das weitere Befinden der Patienten nach Verlassen der Anstalt Angaben zu bekommen und sie wiederzugeben.

1. Starke Bleichsucht — Gesichtsakne.

Die zurzeit 21jährige junge Dame, Frl. S., leidet seit dem Eintritt der Entwicklungsjahre an starker Bleichsucht mit den bekannten Beschwerden: Mattigkeit, Unlust zur Arbeit, eingenommenem Kopf, periodischen Kopfschmerzen, Magenschmerzen, Herzklopfen, kalten Händen und Füßen und jedesmaligem sehr schmerzhaften Monatsfluß. Die physischen Erscheinungen, die sich in starken Gemütsdepressionen und Hang zur Einsamkeit äußern, werden besonders noch mitbedingt und unterhalten durch einen das sonst gut gewachsene und nicht häßliche Mädchen entstellenden überaus starken Ausschlag (Akne) im Gesicht. Das übliche Eisen und Arsen hatten keine Hilfe gebracht, die Behandlung bei den verschiedensten Spezialärzten hatte die Beschwerden nicht beseitigt. Eine direkte Behandlung des Gesichtes mit Schälpasten war ohne jeden nachhaltigen Erfolg. Eine fünfwöchentliche Sanatoriumsbehandlung mit allgemeinen Wasserprozeduren hatte an dem Zustand auch

nicht viel geändert. Infolge ihrer vielerlei Beschwerden und ihrer melancholischen Gemütsbeschaffenheit entschloß sich die junge Dame, sowie sie nur erst über die Schrothsche Kur unterrichtet war und ihr der Zusammenhang ihrer vielerlei Beschwerden und Erscheinungen erst einmal klar gemacht war, sehr schnell zu der Kur und führte sie mit großer Ausdauer und Energie 10 Wochen lang mit einer 8 Tage dauernden Erholungspause in der Mitte dieses Zeitraums durch. Selbstverständlich blieben in der Kur die Krisen nicht aus. Die Depressionszustände und stärkeres Eingenommensein des Kopfes wechselten mit freieren und fröhlicheren Zeiten ab, in denen sie wieder neue Hoffnung faßte. Darin wurde sie auch nicht getäuscht. Die Krisen verringerten sich mit der Zeit, Appetit stellte sich ein, das Mattigkeitsgefühl schwand, der Schlaf wurde gut, die Periode trat noch in der Kur ohne Schmerzen ein, und nicht am wenigsten verschwanden die häßlichen Pickel und Unreinlichkeiten im Gesicht. Wohl hatte sie in der Kur von 130 auf 113 Pfund abgenommen, aber in den nächsten 6 Wochen stieg das Gewicht wieder an, so daß sie 6 Wochen später wieder 128 Pfund erreicht hatte. Ein halbes Jahr nach Beendigung der Kur sah ich die Patientin wieder. Ihr Gesicht war tadellos glatt, ihre meisten Beschwerden waren geschwunden oder doch in so bedeutendem Maße verringert, daß sie nur noch sehr wenig an ihren früheren elenden Zustand erinnert wurde. Nach einiger Zeit machte die Dame, um ihren Kopf ganz frei zu bekommen, nochmals eine längere Trockenkur in der eigenen Häuslichkeit durch und ist auf diese Weise zu einem völlig gesunden Menschen geworden.

2. Neurasthenie — Kopfdruck und Kopfschmerzen.

Bei dem von Jugend auf schwächlichen Patienten traten auf dem Seminar starke Schmerzen auf dem Scheitel und allgemeine Schwäche auf, so daß er gezwungen war, ein halbes Jahr lang das Studium aufzugeben. Nach dem bestandenen Examen wurde der Kopfdruck abermals stärker,

so daß er wiederum seinen beruflichen Verpflichtungen nicht nachkommen konnte und seine Tätigkeit als Lehrer in einem kleinen Orte einstellen mußte. Eine 5 wöchentliche Kur in einer Naturheilanstalt brachte keinen Erfolg. Daraufkommt er in meine Anstalt mit folgenden Klagen: Kribbeln und stechende Schmerzen auf dem Kopf, Druck in den Augen, Blutandrang und Hitzegefühl im Kopf, sehr gereizte und deprimierte Gemütsstimmung und Unfähigkeit zur körperlichen und geistigen Arbeit. Die Kur bei mir brach er nach $3^1/_2$ Wochen, dem Drängen seiner Eltern folgend, ab. Wohl waren die Beschwerden in dieser Zeit zurückgegangen, doch glaubte ich nur an einen vorübergehenden Erfolg. Nach 6 Monaten schreibt mir aber der Patient unaufgefordert folgendes: „Mit Freuden kann ich Ihnen mitteilen, daß Ihre Kur bei mir einen glänzenden Erfolg gehabt hat. Meine Schmerzen auf dem Kopfe sind vollständig verschwunden.“

3. Schwere Neurasthenie.

Herr L. ist von Jugend auf zart veranlagt, so daß er bereits in den letzten Schuljahren dem gemeinschaftlichen Unterricht nicht gewachsen war und auf privatem Wege zum Studium vorbereitet werden mußte. Auf der Universität stellten sich bald Magenstörungen mit zeitweiligem Erbrechen in den Morgenstunden ein. Gegen Ende der Studienzeit wurde die geistige Arbeit ihm immer schwerer, schließlich versagte die geistige Auffassungsgabe und das Studieren wurde ihm geradezu unmöglich. Ausspannen half nichts, ebensowenig Eisen, Brom, Chinin und Behandlung in einer Wasserheilanstalt. Auch Höhenluft bekam ihm schlecht. Ein Aufenthalt an den italienischen Seen und schließlich eine Seefahrt brachten geringe Besserung. Danach kam er in meine Anstalt zur Kur. Er klagt über Herzbeklemmung bei Treppensteigen, der Kopf ist ihm eingenommen, und die geistige Arbeit ist ihm wegen geringer Ausdauer unmöglich. Kalte Hände und Füße und rheumatische Beschwerden sind bei äußerst blassem Gesicht vorhanden. In der Kur müssen die Packungen sehr vorsichtig gemacht werden. Er kann dieselben nur mit einer Extrakompresse auf dem

Herzen vertragen. Anfangs hält er die Packung nur 2 bis 4 Stunden aus; mit fortschreitender Kur beruhigt sich das Herz, so daß er es 6 bis 7 Stunden in der Packung aushält, gleichzeitig kann er weitere Spaziergänge machen, der Kopfdruck läßt nach, und er vermag bereits in der strengen Kur länger zu schreiben und zu lesen. Nach 6 wöchentlicher strenger Kur und 2 wöchentlicher Ausleitung geht er zur Nachkur mit seinen Eltern ins Hochgebirge, woselbst ihm der Aufenthalt diesmal sehr gut bekommt, während ihm ein Jahr vorher das Verweilen in gleicher Höhe die größten Beschwerden von seiten des Herzens verursacht hatte. Hiernach nahm er sein Studium wieder auf, welches nunmehr recht gut vonstatten ging. Die geistige Ausdauer und Arbeitskraft wurden ständig größer. Zur Festigung des erreichten Zustandes machte er im nächsten Jahre nochmals einen Kurturnus durch, damit er den Strapazen des Examens, welches ihm bevorstand, um so besser gewachsen sei. Das Examen bestand er dann im Frühjahr darauf mit großer Leichtigkeit.

4. Albuminurie. — Nervosität.

Bei dem jungen Baumeister E. entdeckte der Arzt gelegentlich einer Untersuchung Eiweiß im Urin, welches an Menge zwar nicht beträchtlich war und nur $^1/_4$ bis $^1/_2$ aufs Tausend ausmachte, dafür aber den Patienten nervös machte, da es trotz Befolgung aller ärztlichen Vorschriften und trotz einer Kur in einer Naturheilanstalt nicht weichen wollte. Gleichzeitig stellte sich Mattigkeit, Atemnot und deprimierte Gemütsstimmung ein. Nach einer 3 wöchentlichen Schrothkur waren nicht nur diese letzteren Erscheinungen gewichen, sondern auch das Eiweiß war völlig aus dem Urin geschwunden.

5. Rheuma. — Nervosität.

Herr O. leidet seit 10 Jahren an Schmerzen im Nacken und in den letzten Jahren an rheumatischen Schmerzen in den Armen und Beinen, Rücken und Schultern, ferner an Schmerzen oben auf dem Kopf. Die Gemütsstimmung ist

schlecht, er ist leicht erregt und ärgert sich über jede Kleinigkeit. Die Füße sind kalt. Das Herz fängt bei Anstrengungen leicht an zu klopfen, und es macht sich Angst in der Herzgegend bemerkbar. Leichte Erkältbarkeit bei Witterungswechsel ist dabei nur zu leicht erklärlich Da eine Kur in einer Naturheilanstalt erfolglos gewesen war, so unterwirft er sich einer 6 Wochen dauernden Schrothkur, in welcher als Hauptsymptom kritische Schweiße auftraten mit dem Resultat, daß sämtliche Schmerzen verschwanden. Über den Erfolg der Kur konnte mir der Bruder, der 2 Jahre später in meine Anstalt zur Kur kam. und in dessen Geschäft der Patient tätig war, berichten. Danach war ihm die Kur sehr gut bekommen und nachdem er dieselbe noch einmal zu Hause wiederholt hatte, habe er eine enorme Arbeitskraft, die vorher sehr zu wünschen übrig gelassen hatte, entfaltet und vor allen Dingen wäre seine Gemütsstimmung eine viel bessere geworden. Früher sei er sehr grillig gewesen und hätte sich mit niemand vertragen, während jetzt mit ihm viel besser auszukommen sei.

6. Anämie. — Herzschwäche. — Subacuter Gelenkrheumatismus.

Herr Dr. V., 29 Jahre alt, der in der Jugend flott gelebt und die Studentenjahre reichlich genossen und auch dem Bier ständig gut zugesprochen hatte, leidet seit einem halben Jahr an heftigen rheumatischen Schmerzen in den Knöcheln beider Beine und den Knien. Besonders haben sich die Schmerzen in der letzten Zeit unter den Fußsohlen und auf dem Fußrücken lokalisiert, welch letzterer beiderseitig stark geschwollen ist, so daß er nur mühsam in Filzpantoffeln und mit zwei Stöcken herumhumpeln kann. Die zahlreich genommenen Dampfbäder hatten das Leiden nicht beseitigt, wohl aber das Herz sehr geschwächt; der Puls schlägt zur Zeit der Aufnahme 96 in der Minute. Der Patient fühlt sich sehr schwach und elend, und seine Gesichtsfarbe ist fast leichenblaß. — Die Kur bringt sofort Linderung, insofern in der Packung die Schmerzen nachlassen und der

Patient erquickenden Schlaf findet, wenn auch am Tage die Schmerzen noch bleiben. .Starke Schweiße und zeitweilig auftretende reichliche dünne Stuhlgänge fördern die Befreiung des Blutes von den Krankheitsstoffen. Damit geht auch bald eine Beruhigung des Herzens einher. Nach 8 Tagen ist die Pulsfrequenz 76, nach weiteren 8 Tagen 64 in der Minute. Gleichzeitig nehmen die Kräfte zu und der Patient macht schon kleinere Spaziergänge, welche er von Tag zu Tag weiter ausdehnt. Die ausscheidende Wirkung der Kur zeigt sich auch an dem bald eintretenden schwärzlichen und zeitweise sogar pechschwarzen Belag der Zunge, wofür das vordem sehr reichlich genommene Jodkali eine Erklärung bietet. Da die Schmerzen weiter nachlassen, wenn sie auch unter den Fußsohlen am hartnäckigsten sind, und da der Patient sich sonst wohl fühlt, so bricht er trotz ärztlichen Abratens nach 4 Wochen mit der Kur ab und reist zum Besuch seiner Verwandten fort. Hier zeigt sich jedoch bald, daß die Krankheit erst halb beseitigt ist, die Schmerzen werden wieder größer und dadurch der Schlaf schlechter. Nach 8 Tagen kommt daher der Patient reumütig zur Kur zurück und macht abermals 4 Wochen strenge Kur durch. Diesmal mit dem Erfolg, daß er so gut wie geheilt, ohne Schmerzen. mit kräftigem Herzen und besserer Gesichtsfarbe die Anstalt verlassen kann.

7. Schwindel. — Blutandrang zum Kopf. — Hypochondrie. — Rheumatismus.

Der zurzeit 49jährige Patient erwarb sich mit 25 Jahren eine syphilitische Infektion, welche sofort mit Quecksilber und Jod bekämpft wurde. 15 Jahre später zeigte sich ein Ausschlag an der Zunge, weswegen er in den nächsten Jahren vier Schmierkuren und eine Badekur in Aachen gebrauchte. Letztere hatte er im vorigen Jahre nochmals wiederholt, woselbst gleichzeitig nochmals Quecksilber angewandt wurde. Als Junggeselle hatte er viel gekneipt und geraucht. Als Folgen von alle dem zeigt sich seit einigen

Jahren Blutandrang zum Kopf in Verbindung mit Schwindelanfällen und Kopfschmerzen. Die Stimmung ist schwermütig; Lust zur Arbeit und Freude am Leben sind ihm verloren gegangen. Er hat schon öfter, wie er sich ausdrückt, mit dem Revolver geliebäugelt. Schwerfälligkeit hat sich eingestellt, jede Bewegung ist ihm zuviel, der Schlaf ist schlecht, morgens fühlt er sich matt. Der Stuhl ist träge, leichte Schweiße stellen sich ein, das Wasserlassen ist erschwert. Beim Treppensteigen fühlt er sein Herz klopfen. Kurz ausgedrückt, die Maschine ist bereits gründlich eingerostet, und daher ist er auf Anraten eines Freundes verständig genug, eine Schrothkur anzutreten und auch mit Energie 6 Wochen lang durchzuführen. Da die Reaktionskraft noch eine gute ist, so stellen sich neben starken Ausscheidungen mit dem Urin fast jede Nacht in und nach der Packung überaus wohltätig wirkende Schweiße ein, was dann sehr bald eine Befreiung von Körper und Geist von den auf ihnen lastenden Schlacken herbeiführt und in der Tat eine Wiedererneuerung des Organismus mit sich brachte, wie der Patient dies bisher vergebens erstrebt hatte, so daß er sich am Ende der Kur wie neugeboren nach jeder Richtung hin fühlte. Über den Erfolg der Kur schreibt er mit wenigen treffenden Worten beim Abschied in das Fremdenbuch: „Was Moor-, Schwefel- und Thermalbäder viele Jahre hindurch nicht zustande gebracht haben, hat eine 6 wöchentliche, streng durchgeführte Schrothkur vermocht: mich nicht nur von einer ungeheueren Menge harnsaurer Salze und infolgedessen von heftigen Schwindelanfällen, Blutandrang, rheumatischen Schmerzen usw. zu befreien, sondern auch die zeitweilig schon vollständig im Verschwinden gewesene Lust zum und den Wohlgefallen am Leben voll und ganz wieder in mir zu entfachen. Ich scheide aus der Anstalt mit der festen Überzeugung von der Vorzüglichkeit der Schrothschen Kurmethode.“ Ein Jahr später schreibt mir derselbe Patient: „Heute vor einem Jahre war ich schwer am Dursten und bin ich in der Lage, Ihnen jetzt mitteilen zu können, daß mir die Kur sehr gut bekommen ist.“

8. Korpulenz. — Rheumatismus. — Taubes Gefühl in den Fingern.

Frau D. aus New-York, 54 Jahre alt, litt, seitdem vor 4 Jahren die Periode aufgehört hatte, an rheumatischen Schmerzen in den Knien und in den Schultern. Gleichzeitig war sie sehr stark geworden, so daß die Beine sie nicht mehr recht tragen wollten. In den Fingern hatte sie ein taubes Gefühl, so daß sie oft keine Feder halten kann. Geistig wird sie leicht müde und abgespannt, so daß ihr auch das Briefschreiben schwer fällt. Im Frühjahr 1905 unterzog sie sich einer 6wöchentlichen Kur in meiner Anstalt. Zunächst verschwand unter der Kur das Gefühl der geistigen Abspannung, sie konnte wieder lange Briefe schreiben, wozu gleichzeitig das Verschwinden des tauben Gefühls und das Wiederkehren normaler Empfindung in den Fingern mit beitrugen. Weiter nahm sie ständig an Gewicht ab und gleichzeitig an Kräften und Ausdauer zu, so daß sie gegen Ende der 6wöchentlichen strengen Kur Spaziergänge von 3 Stunden hintereinander machen konnte, ohne dabei Knieschmerzen zu empfinden. 165 Pfund wog die Patientin zu Beginn der Kur, und mit einem Gewicht von 148 Pfund reiste sie nach 6 Wochen ab. — Daß der Erfolg der Kur von Dauer war, hatte ich Gelegenheit nach $2^1/_2$ Jahren zu beobachten, nach welcher Zeit die Dame, auf einer abermaligen Tour durch Europa begriffen, sich mir wieder vorstellte und mir bestätigte, daß die Schmerzen in den Knien nicht mehr aufgetreten seien, und daß sie sich wohl und kräftig fühle, so daß ihr die bereits 3 Monate dauernde Reise durch Europa mit ihren Anstrengungen sehr leicht geworden wäre.

9. Rheumatismus. — Ischias. — Chronischer Magenkatarrh.

Der 26jährige Kaufmann A. M. leidet seit einem Jahr im Anschluß an eine Erkältung an rheumatischen Schmerzen an den verschiedensten Körperstellen, welche ständig an Stärke zunahmen und schließlich auch durch Ergreifen des

rechten Hüftnerven ihm das Gehen erschwerten. Gleichzeitig hatte sich der allgemeine Gesundheitszustand verschlechtert. Körperliche Mattigkeit und geistige leichte Ermüdbarkeit in Verbindung mit Kopfdruck und trüber Gemütsstimmung machten ihn zur Arbeit unfähig. Das Nachlassen des Appetits, Druck in der Magengegend und schlechter Stuhlgang setzten den Ernährungszustand bedeutend herab, so daß er sehr abmagerte. Beim Gehen kommt er leicht in Schweiß und Herzklopfen macht sich bemerkbar. Der Schlaf wurde schlecht, so daß er kaum 1 bis 2 Stunden des Nachts schlief. Der lang aufgeschossene, sehr abgemagerte junge Mann zeigte eine sehr schlechte Gesichtsfarbe und viel Pustel und Pickel auf der Haut des Rückens. Die Zunge war sehr belegt, der Magen auf Druck empfindlich, ebenso war die Blinddarmgegend auf Druck schmerzhaft und erinnerte an die vor 6 Jahren überstandene Blinddarmentzündung. Da der Patient jung und von noch guter Reaktionskraft war, so griff die Kur sehr schnell ein. Von der vierten Nacht besserte sich der Schlaf auffallend, er schlief doch schon mehrere Stunden hintereinander, nach 2 Wochen schlief er die ganze Nacht hindurch, manchmal 10 bis 12 Stunden. Auch die Ischiasschmerzen besserten sich sehr bald. Gegen Ende der zweiten Woche war die Hüfte schon vollkommen schmerzfrei, die Knieschmerzen verschwanden nach weiteren 8 Tagen. Parallel hiermit ging die Besserung des Appetits. Dieser wurde bald so stark, daß er täglich bis zu 20 Semmeln verzehrte. Ebenso wie der Appetit zunahm, so nahm das im Anfang der Kur sehr starke Durstgefühl ab, und er konnte schließlich halbe Tage herumlaufen, ohne Durst zu empfinden. Wenn auch im Verlauf der Kur tageweise Perioden gesteigerter Mattigkeit auftraten, so war doch gegen Ende der Kur sein Kraftgefühl und seine Ausdauer so gestiegen, daß er gar nicht merkte, daß er sich in der strengen Kur befand. Da auch die Schmerzen des Magens und der Blinddarmgegend geschwunden waren und sich eine heitere Gemütsstimmung eingestellt hatte, so konnte der Patient am 30. Tage in die Nachkur übergehen und nach einigen weiteren Tagen zu-

frieden nach Hause reisen. — Dieser Patient stellt durch das prompte Reagieren des Organismus auf die Kur, durch die schnelle Beseitigung sämtlicher Krankheitserscheinungen gewissermaßen einen Schulfall dar. Der Patient war noch jung, das Leiden nicht viel älter als $^3/_4$ Jahre, und die Kur wurde streng befolgt. Daher der ausgezeichnete Erfolg in relativ kurzer Zeit.

10. Herzasthma. — Herzschwäche. — Lungenblähung. — Arterienverkalkung.

Der 58jährige, früher sehr kräftige Mann hat in seinem Leben viel gearbeitet und, wie es das Geschäft mitsichbrachte, auch viel getrunken und geraucht. Seit einem Jahre hatten Husten, Bronchialkatarrhe, Schwindelanfälle, allerlei Herzbeschwerden und Nachlassen der Kräfte ihn daran erinnert, daß auch der kräftigste Körper einmal erlahmt. Als Atemnot und Schlaflosigkeit überhandnahmen — die letzten 14 Tage hatte er fast gar nicht geschlafen — ließ er sich bei mir zur Behandlung aufnehmen. Der breitgebaute Mann war durch das Leiden bereits stark mitgenommen, hatte schon 34 Pfund an Gewicht verloren, sein Gesicht war von blaßgelbem Aussehen, die Atmung ging nur mühsam und erschwert vonstatten. Der Puls war sehr hart, das Herz war von den erweiterten Lungen überlagert. Bereits deutliche Wasseransammlungen in den Füßen und Unterschenkeln zeigten das beginnende Versagen der Herzkraft an.

Die erste Nacht in der Anstalt war genau so schlecht wie zu Hause. Nachts um 1 Uhr wurde ich zu dem Patienten gerufen, der mit Atemnot und Herzangst ringend auf dem Bettrand saß und, an jeder Hilfe verzweifelnd, die Absicht aussprach, den nächsten Tag wieder nach Hause zu fahren, da doch alles vergeblich sei. Ich hielt es geraten, ihm zunächst einmal durch eine Morphiumeinspritzung Ruhe zu verschaffen, wodurch er, nachdem er den Rest der Nacht endlich einmal gut geschlafen, wieder neuen Mut und Zuversicht faßte. Da schnelle Hilfe notwendig war, so wurde dem Patienten, da er auch keinen Hunger hatte, jegliche

Nahrung entzogen. Die nächste Nacht gestaltete sich dadurch schon besser, die Atemnot nahm ab, und er konnte doch schon einige Stunden im Bett zubringen, den andern Teil der Nacht aber im Lehnstuhl sitzend. Am fünften Tage konnte er zu seiner Freude schon die ganze Nacht im Bett in liegender Stellung verbleiben. Am achten Kurtage waren die Ödeme an den Beinen nicht mehr nachweisbar, ein Zeichen, daß die Zirkulation bereits besser geworden war, hatte doch alle diese Tage der Urin dick und trübe wie Lehmwasser ausgesehen, indem derselbe eine große Menge die kleinsten Blut- und Lymphgefäße blockierende Harnsäure in sich aufnahm. Vom zehnten Tage ab bekam der Patient täglich etwas Haferschleim vorgesetzt, nach weiteren 4 Tagen wurde in der Kur eine Pause von 8 Tagen gemacht, während welcher Zeit ihm eine leichte nahrhafte Diät verabreicht wurde, damit auf diese Weise die Reaktionskraft des Körpers gestärkt wurde. Nach dieser Zeit wurde das reguläre Schrothregime eingeschlagen und unter ständigen Ausscheidungen von seiten der Nieren fortgeführt. Das Herz wurde immer ruhiger, die Atmung leichter und der Schlaf war im Vergleich zu dem früheren qualvollen Zustand befriedigend. Nach 3 Wochen verließ er zu dem nahenden Osterfest gebessert die Anstalt.

11. Asthma. — Bleichsucht. — Nervenschwäche.

Herr S., ein in Paris lebender junger deutscher Kaufmann, will sich verheiraten und möchte deshalb seine defekte Gesundheit etwas aufbessern. Er leidet an häufig auftretenden und fast nie ganz verschwindenden Entzündungen der Bronchialschleimhäute mit periodisch auftretenden krampfartigen Anfällen von Husten und Atemnot. Außerdem waren kalte Hände und Füße sowie sehr starke Bleichsucht und Nervenschwäche vorhanden. Man sieht ihm schon äußerlich an seiner fahlen Gesichtsfarbe das ungesunde Pariser Leben an. Zur Blutverschlechterung haben auch mehrere vor längerer Zeit durchgeführte Quecksilberkuren mit beigetragen. — Die Kur selbst verlief gleich von Anfang an

sehr typisch, indem sofort das Hauptleiden angegriffen wurde und sich zunächst verschlimmerte; es traten nämlich nach kurzer Einwirkung der Trockenkost erneute Beschwerden auf der Brust ein; die Atmung wurde schwerer, stärkeres Röcheln und Pfeifen waren zu hören, und die Rückenlage wurde ihm zeitweise im Bett unmöglich. Gleichzeitig verlor sich der Appetit, er fühlte sich tagsüber sehr matt und sah sehr elend aus. Da die Kur also in dieser Weise schnell und energisch einwirkte, so ließ die erleichternde Wirkung derselben auch nicht lange auf sich warten. Es stellte sich überaus reichlicher Auswurf von dickem und teilweise zu Klumpen geballtem und äußerst übelriechendem Schleim ein, so daß dadurch nach 7 bis 8 Tagen die Atemnot sich besserte und die Rückenlage im Bett wieder möglich wurde und die Nacht mit dem Schlaf auch reichlich Erholung brachte. Als weitere Krankheitsprodukte förderte der Körper mit dem Urin die bekannten Harnsäureausscheidungen und unter den Packungen starke Schweiße zutage, welch letztere dem Patienten äußerst wohltuend waren. Unter dieser ständig vor sich gehenden Entlastung fühlte der Patient sich bald kräftiger. Am Ende der vierten Woche war die Atemnot ganz geschwunden, die Kräfte hatten sich gehoben und die Stimmung war eine normale und hoffnungsvolle. Wohl wäre es zu wünschen gewesen, daß der Patient die Kur noch länger fortgesetzt hätte, da er aber nicht länger Urlaub hatte und mit dem bisher erreichten Erfolg zufrieden war, so reiste er zu dem bevorstehenden Weihnachtsfest vergnügt ab.

12. Asthma. — Lungenerweiterung. — Herzerweiterung.

Bei Herrn Regierungsrat G., einem sehr beleibten Herrn, war vor 10 Jahren plötzlich ein schwerer Asthmaanfall aufgetreten, an welchen sich eine mehrere Monate lang dauernde Heiserkeit anschloß. Marienbad konnte nicht Rückfälle von Atemnot und Asthmaattacken verhüten. Ems und innere Jodverabreichung waren auch nur von vorübergehender Wirkung. Zur Zeit der Aufnahme berichtet der

Patient über starke Schleimansammlungen in der Luftröhre und über Anfälle von Atemnot in der Nacht. Dabei leichte Erkältbarkeit, kalte Füße, schlechter Schlaf, große Mattigkeit, die ihm bei seinen Dienstreisen besonders hinderlich war. Die Diagnose lautet auf bronchiales Asthma, Lungenblähung, Herzerweiterung und Korpulenz. Die Kur zeitigte bald die üblichen Erscheinungen: belegte Zunge, starke Bodensätze im Urin, vermehrte Schleimabsonderung, welche aber leichter vonstatten ging als zuvor. Gleichzeitig nahm die Atemnot ab, so daß der Patient die bereits seit langem entbehrten Spaziergänge wieder aufnehmen und auf Stunden ausdehnen konnte. Das Herz beruhigte sich, und der Schlaf wurde besser. Trotzdem die Kur wegen Mangels an mehr Zeit nur 5 Wochen durchgeführt wurde, so war der Erfolg doch ein sehr guter. Das Gewicht hatte um 19 Pfund, von 198 auf 179 Pfund abgenommen; Herztätigkeit, Atmung und Zirkulation hatten sich wunderbar reguliert. Beweis dafür war, wie ein und dieselbe Leistung zu Beginn und zu Ende der Kur ausgeführt werden konnte. Patient war bei seiner Ankunft aus Unkenntnis der Fahrgelegenheit den Loschwitzer Berg hinaufgestiegen. Er kam ganz erschöpft in der Anstalt an, so daß er kaum sprechen konnte; es dauerte fast 2 Stunden, bis sich Herz und Lungen wieder beruhigt hatten. Zum Schluß der Kur hatte der Herr eines Abends das Theater in Dresden besucht, wodurch er die letzte Fahrt der Bergbahn versäumte. Er mußte also denselben Weg wie zu Anfang zu Fuß machen. Diesmal war dies für ihn eine Kleinigkeit, und er hatte nicht die geringsten Beschwerden davon.

In der zweiten Hälfte des Juni verließ er meine Anstalt, um sich wieder in den Beruf zu begeben. Anfang Oktober berichtet mir der Herr über den Erfolg der Kur wörtlich:

„Ich fühle mich heute so leicht und frisch wie seit Jahren nicht. Ebenso ist meine körperliche Leistungsfähigkeit in jeder Beziehung nach Wunsch. Während in früheren Jahren die Dienstreisen, die mein Beruf mit sich bringt, mir sehr schwer fielen und ich höchstens 2 bis 3 Tage in der Woche reisen konnte, habe ich in der letzten Woche 6 mehr

oder weniger anstrengende Reisetage hinter mir, ohne heute etwas davon zu verspüren. Jedoch bin ich nach wie vor noch sehr stark verschleimt. Der Schleim ist aber sehr lose." Ende Dezember desselben Jahres schreibt Patient mir weiter: „Seit ich zuletzt Nachricht von mir gab, ist mein Befinden im großen und ganzen gut gewesen. Ich habe in den letzten 3 Monaten alles nachholen können, was ich in meinem Dienst im Laufe des Sommers versäumt hatte. Sie äußerten in einem Ihrer letzten Briefe die Ansicht, daß ich auf dem halben Wege zur Genesung stehen geblieben sei. Es mag sein, daß ich erst den halben Weg zurückgelegt hatte und den letzten Rest durch eine Fortsetzung der Kur schneller hätte zurücklegen können, aber stehen geblieben bin ich nicht, sondern infolge der Diät und Enthaltsamkeit von Alkohol bin ich langsam weiter geschritten. Von Zeit zu Zeit haben sich immer wieder gelinde Krisen bemerkbar gemacht, aber nach jeder derselben war auch die eine oder andere der noch zurückgebliebenen Unbequemlichkeiten verschwunden. Anfang Dezember machte sich dann noch der Körper durch einen heftigen Schnupfen Luft, in dessen Verlauf ich ungemein reichlichen, aber losen Auswurf hatte. Nachdem dieser überstanden, ist auch mein langjähriger Husten fast ganz verschwunden. Ich hoffe daher mit Sicherheit, daß ich auf dem jetzigen Wege zum Ziele der völligen Genesung kommen werde und eine zweite Schrothkur — ultima ratio — nicht mehr nötig haben werde."

13. Chronischer Magenkatarrh.

Das 30jährige Fräulein kränkelt seit einer vor 7 Jahren überstandenen und mit Serum behandelten Diphtheritis an allerlei Magenbeschwerden, welche vor 4 Jahren an Intensität zunahmen. Die Speisen wurden schlecht vertragen, Erbrechen gesellte sich hinzu, und sie nahm an Gewicht ab. Sie war zwar lange Zeit in Behandlung eines Universitätsprofessors, und das Erbrechen hörte auch auf, aber die übrigen Symptome blieben, und die Gewichtsabnahme ging weiter, so daß sie in den letzten $^{3}/_{4}$ Jahren bis zu ihrer Aufnahme in meine Anstalt 14 Pfund an Gewicht ab-

genommen hatte und nur noch 96 Pfund wog. Ihre sonstigen Klagen bei der Aufnahme waren: unruhiger Schlaf, große Mattigkeit des Morgens, Nachlassen der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit, Druck- und Völlegefühl in der Magengegend nach dem Essen, Herzklopfen beim Treppensteigen, aber auch oft ohne jede Ursache des Nachts. Die strenge Kur nahm ihren gewöhnlichen Verlauf ohne besondere Eigentümlichkeiten, das Gewicht ging in $6\frac{1}{2}$ Wochen auf 88 Pfund herunter, um in den 3 Tagen Nachkur bis zu ihrer Abreise auf 91 Pfund zu steigen. Beim Verlassen der Anstalt war der Schlaf traumlos und ausgezeichnet, des Morgens fühlte sie sich erfrischt. Magenbeschwerden hatte sie nicht mehr im geringsten Maße, ebensowenig trat noch Herzklopfen auf. — 6 Wochen nach Verlassen der Anstalt berichtet sie über ihren Zustand brieflich folgendes: „Bei meiner Abreise aus L. versprach ich Ihnen, über mein Befinden nach einiger Zeit zu berichten, und ich will nicht das alte Jahr vorüberlassen, ohne mein Versprechen eingelöst zu haben, und ich tue es freudigen Herzens, denn ich kann nur sagen, daß es mir ausgezeichnet geht! Ich fühle mich so leicht und so wohl, ich glaube wirklich, es ist eine Verjüngungskur. Mein Appetit ist gut, ebenso meine Verdauung. Zu meiner größten Freude kann ich auch rohes Obst vertragen, welches ich schon jahrelang meiden mußte. An Gewicht nehme ich ungefähr wöchentlich 1 bis $1\frac{1}{2}$ Pfund zu, wiege heute 103 Pfund." — Weitere 4 Monate später schreibt mir dieselbe Dame: „Gern will ich Ihnen über mein Befinden berichten; Gott sei Dank, kann ich nur das Beste schreiben. Die Kur hat wirklich Wunder gewirkt, ich habe keinerlei Schmerzen, noch Beschwerden wieder gehabt. Mein Schlaf und Appetit sind vorzüglich. Am 1. April wog ich 109 Pfund." — Das Körpergewicht, welches zu Beginn der Kur nur 96 Pfund betrug und in der Kur bis auf 88 Pfund herunterging, war also nach der Kur schnell wieder gestiegen und wurde der durch die Kur bedingte Gewichtsverlust nicht nur schnell wieder eingeholt, sondern es wurden weitere 13 Pfund innerhalb von 4 bis 5 Monaten dazu gewonnen.

14. Emphysem. — Chronischer Hals- und Bronchialkatarrh.

Herr Oberlehrer M., 57 Jahre alt, laboriert seit seinen jungen Jahren an leichter Erkältbarkeit und an Katarrhen der Schleimhäute in Nase, Hals und Bronchien, wodurch er zeitweise dienstunfähig wurde und viel für seine Gesundheit zu tun gezwungen war. Kuren in Karlsbad, Kissingen, Marienbad, Tarasp und Ems brachten mehr oder minder vorübergehende Linderung, vermochten aber nicht die katarrhalischen Erscheinungen völlig zu beseitigen. Seit 2 Jahren hatte sich die Verschleimung wieder verstärkt, das Röcheln und Pfeifen auf der Brust sowie Beklemmung und Kurzatmigkeit stören ihn in seinem Beruf und zwingen ihn, da eine Kur in einer Naturheilanstalt nur geringe Erleichterung gebracht hatte, etwas Gründliches für seinen Zustand zu tun. Er wählt deshalb die Schrothsche Kurmethode. Dieselbe greift bei ihm sehr energisch ein. Großes Hitzegefühl und Trockenheit macht sich im Munde geltend, so daß die Zunge ganz rauh wird. Bereits vor Jahren ab und zu gespürte Schmerzen in der Blinddarmgegend treten wieder auf, überhaupt macht sich ein Wühlen und Arbeiten im Magen und Darm fast während der ganzen Kur bemerkbar und zeigt das wiedererwachende Reaktionsbestreben des Organismus. Neben den ständigen Urinausscheidungen treten von Zeit zu Zeit mit Blut vermischte dünne Stuhlgänge von befreiender Wirkung auf, gleichzeitig beginnt der dicke Schleim auf der Brust sich zu lösen, so daß er vielen dünnschleimigen Auswurf von sich geben muß. Die Kurzatmigkeit wird besser, das Röcheln läßt nach, die Atmung wird freier, das Röcheln und Pfeifen ist fast ganz verschwunden, und nach 6 Wochen getreulich ausgehaltener Kur begibt sich der Patient zur Nachkur in eine Sommerfrische, worauf er seinen Beruf wieder aufnehmen kann.

15. Bleichsucht. — Syphilis. — Quecksilbervergiftung.

Die 25jährige, früher sehr bleichsüchtige junge Dame hatte das Unglück gehabt, sich von ihrem Bräutigam eine syphilitische Ansteckung zu holen. Es trat ein starker Ausfluß auf und breite syphilitische Wucherungen an den äußeren Geschlechtsteilen und in der Afterspalte. Zu gleicher Zeit zeigte sich zum Schreck der Patientin eine ähnliche Wucherung im rechten Nasenwinkel und entwickelte sich bis zur Himbeergröße, wodurch das Gesicht sehr entstellt wurde. Die von ihrem Hausarzt eingeleitete und 4 Wochen fortgeführte Quecksilberkur hatte keine günstige Wirkung auf die spezifischen Krankheitserscheinungen; im Gegenteil, das Allgemeinbefinden litt sehr darunter, der Schlaf wurde schlecht, der Appetit ließ nach, Kopfschmerzen und Herzklopfen machten sich geltend, kurz, die Patientin fühlte sich körperlich und geistig sehr matt und elend. Deshalb wurde die Quecksilberkur aufgegeben, und die Patientin unterzog sich einer Schrothkur. In den ersten 2 Wochen war der Schlaf noch schlecht und sie wurde nur äußerst schwer warm in den Packungen. Nach 14 Tagen machte sich schon eine geringe Wendung zum Besseren bemerkbar, Schlaf trat ein und die Zirkulation wurde eine regere, so daß sie die feuchten Packungen schon leichter ertrug. Gleichzeitig flachte sich die Wucherung an der Nase ab, der Ausfluß und die Schmerzen an den Geschlechtsteilen ließen nach. Nachdem die am meisten sichtbare Erscheinung der Erkrankung, nämlich die Wucherung an der Nase in 5 Wochen der Kur ganz verschwunden war, ging Patientin, obwohl sich noch Reste der Wucherungen an den Geschlechtsteilen zeigten, trotz Abratens zur Nachkur zu Verwandten aufs Land. Sie war allerdings verständig genug, nach einer 5wöchentlichen Pause sich zu einem zweiten Turnus wieder einzufinden, welcher dann auch die Reste der Erkrankung zum Verschwinden brachte. Bis jetzt, 4 Jahre nach der Kur, sind irgend welche Erscheinungen, welche für das Weiterbestehen oder für einen

Rückfall der Erkrankung sprechen könnten, nicht wieder aufgetreten.

16. Chronischer Tripper. — Nervosität.

Herr F. hatte sich vor 6 Jahren einen Tripper zugezogen, der nie ganz verheilte, trotzdem er sehr viel dagegen gemacht hatte und ganze Monate in spezialärztlicher Behandlung gewesen war. Es stellt sich immer wieder ein periodisch wiederkehrender Ausfluß ein. Zurzeit ist letzterer besonders in den Morgenstunden bemerkbar, manchmal jedoch auch am Tage. Im Hoden ziehende Schmerzen; desgleichen treten schmerzhafte Pollutionen auf. Infolge der vielen erfolglosen Behandlungen ist der junge Mann sehr nervös geworden, klagt über Kopfschmerzen und gedrückte Stimmung. Schuld daran ist wohl auch die verkehrte Lebensweise, die der junge Mann geführt hat, das Fleisch spielte eine Hauptrolle in der täglichen Nahrung. Die Kur bringt starke Ausscheidungskrisen mit sich und zeitweise fühlt sich der Patient recht matt. Auch der Ausfluß nimmt zunächst an Stärke zu, um dann mit zunehmender Reinigung des Organismus und mit Nachlassen der Ausscheidungen durch den Urin ebenfalls sich zu vermindern und schließlich ganz zu verschwinden. Das Körpergewicht fällt in der strengen Kur von 71 auf 65 Kilo, um in der Nachkur innerhalb 5 Tagen bis zum Verlassen der Anstalt, allerdings unter Betätigung eines enormen Appetits, wieder auf $70^1/_2$ Kilogramm zu steigen. Befreit von Kopfschmerzen und in guter Stimmung verläßt er die Anstalt. Seine dauernde Genesung bestätigt die nach einem halben Jahre übersandte Verlobungs- und spätere Vermählungsanzeige.

17. Neigung zu Fehlgeburten.

Die 26jährige Patientin war seit 4 Jahren verheiratet. Ihr Gatte hatte sich vor 6 Jahren eine Geschlechtskrankheit zugezogen, weswegen er wiederholt und reichlich mit Quecksilber behandelt worden war. Im ersten Jahre der Ehe traten bei der früher sehr bleichsüchtigen Frau zwei Fehlgeburten

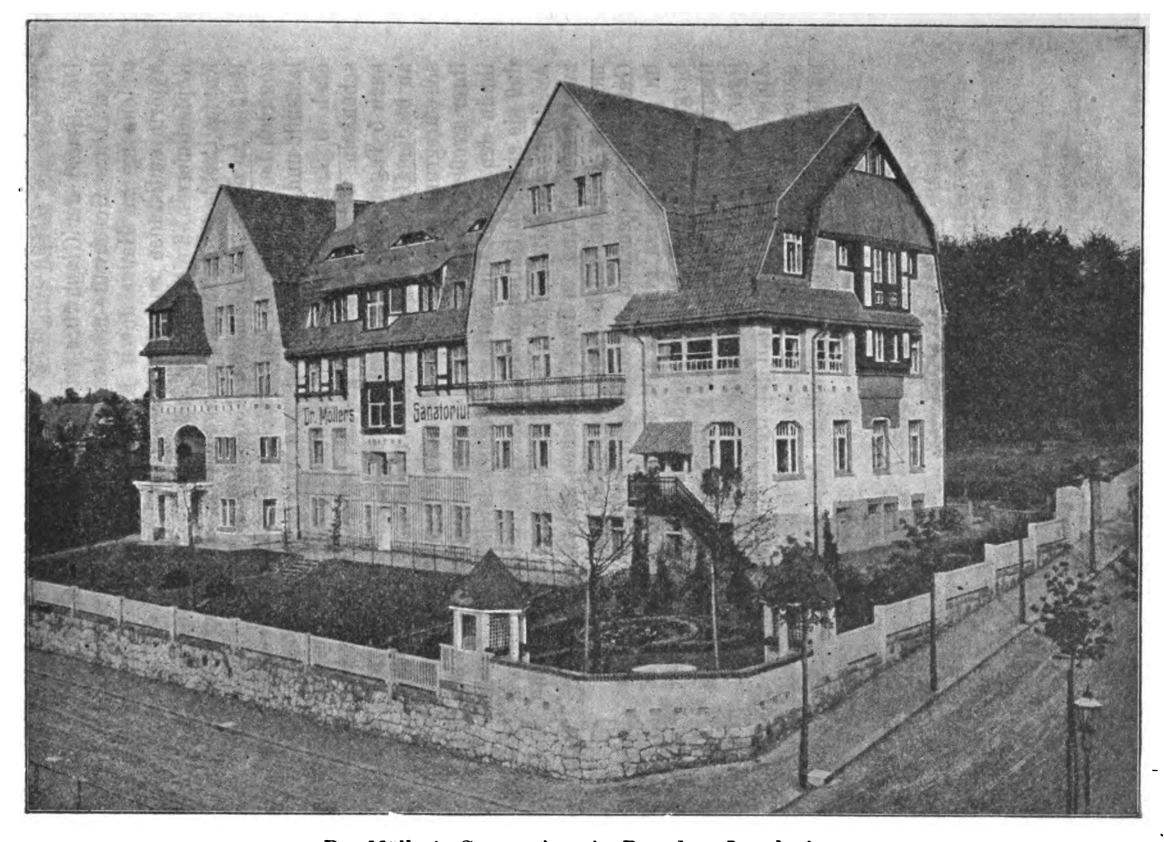
kurz hintereinander auf. Im Anschluß hieran machte sich ein nervöses Zittern und nervöse Angst bemerkbar. Zu Beginn der Kur, welche sie zusammen mit ihrem Gatten antrat, war starke Bleichsucht und leichte Erregbarkeit des Herzens zu konstatieren. Der anfänglich sehr schnelle Puls beruhigte sich jedoch in der Kur sehr bald, und letztere wurde auch sehr gut von beiden Patienten vertragen, so daß dieselben überrascht waren, mit welcher Leichtigkeit und Ausdauer sie große Ausflüge unternehmen konnten. Daß der so sehnlich erwünschte Erfolg der Kur, obgleich derselbe wegen äußerer Verhältnisse nur 3 Wochen gedauert hatte, auch wirklich eintrat, meldete 11 Monate später ein Brief des Gatten, welcher schrieb: „Vorerst die ergebene Mitteilung, daß uns die dreiwöchige Kur bei Ihnen ganz vorzüglich bekommen ist. Um so mehr bestätigt sich dies, als sich die Folgen in sehr erfreulicher Weise besonders bei meiner Frau zeigen, denn wir erwarten für Mitte oder Ende Oktober einen Familienzuwachs.“ 2 Monate später berichtet ein zweiter Brief: „... All dieses Glück und den vorzüglichen Verlauf der Geburt sowie die darauffolgende Wöchnerschaft meiner Frau haben wir bestimmt Ihrer vorzüglichen, wenn auch seinerzeit etwas anstrengenden Kur zu verdanken.“

18. Unterschenkelgeschwür.

Frau J., eine korpulente, 59jährige Dame ist seit vielen Jahren mit Krampfadern und demzufolge aufgetretenen Geschwüren an beiden Unterschenkeln geplagt. Die Geschwüre schlossen sich wohl zeitweilig, um aber immer wieder aufzubrechen und ihr viel Schmerzen zu bereiten. Seit den letzten $1^1/_2$ Jahren hatten sie sich gar nicht mehr geschlossen und die Beschwerden waren so groß, daß sie am Gehen fast völlig gehindert und deshalb ständig ans Zimmer gefesselt war. Die Haut an der unteren Hälfte beider Unterschenkel ist sehr verhärtet, von blauroter Beschaffenheit und mit erweiterten Venen durchsetzt. In der Mitte dieser Stellen befindet sich links ein Geschwür von 5 mal 2 cm Ausdehnung und rechts von Markstückgröße.

Der Grund der Geschwüre ist mit schmutzigem Eiter belegt. Diese Geschwüre machen ihr sehr viele Schmerzen, welche sie zu Hause durch Einnehmen von sehr vielem Aspirin zu bannen suchte. Auch sonst leidet sie viel an Kopfschmerzen, kalten Füßen bei leichtem Schwitzen des Kopfes, schlechtem Schlaf, mangelhaftem Stuhlgang und Reißen an den verschiedensten Körperstellen. — Sie unterzog sich bereitwillig der Kur, welche sehr schnell ihre entlastende und die Zirkulation regelnde Wirkung zeigte. Schon nach 3 Tagen begannen die Schmerzen an den Unterschenkeln, welche sie so sehr gequält hatten, nachzulassen; nach 5 Tagen war bereits zu merken, daß die Geschwüre an beiden Unterschenkeln kleiner wurden und daß der Geschwürsgrund sich reinigte. Gleichzeitig war es ihr zu ihrer großen Freude möglich, etwas herumzugehen, was ihr in den folgenden Kurtagen immer leichter wurde, so daß sie sich schließlich an den Spaziergängen und kleineren Ausflügen der Mitpatienten beteiligen konnte. Es folgten zwar noch ab und zu Tage, an denen sich die Krisen bemerkbar machten, auch wieder Schmerzen auftraten, übles Gefühl im Magen und Appetitlosigkeit sich zeigten. Aber im großen ganzen ging es mit dem Befinden auch weiter bergauf. Nach 3 Wochen sind beide Geschwüre leicht überhäutet und nach weiteren 2 Wochen mit dicker kräftiger Haut bedeckt. Gleichzeitig macht sich ein gesunder Appetit geltend. Der Kopf ist frei und nicht mehr eingenommen, Reißen plagt sie nicht mehr, und sie verläßt nach 5 wöchentlicher Kur geheilt die Anstalt.





Dr. Möller's Sanatorium in Dresden-Loschwitz.


COUNTWAY LIBRARY
HC 2BA1 A

Vom Verfasser der vorliegenden Broschüre
ist
im Verlag von Otto Salle (Berlin W. 30) erschienen:

Wege
zur
körperlichen und geistigen Wiedergeburt

Alte und neue bewährte und begründete Methoden
zur
Wiedererlangung der Gesundheit.

3. verbesserte Auflage.

Preis geheftet 2 Mk., gebunden 2 Mk. 60 Pf.

Gegen Einsendung des Betrages auch durch Dr. Möller's Sanatorium in Loschwitz zu beziehen.

Inhaltsverzeichnis.